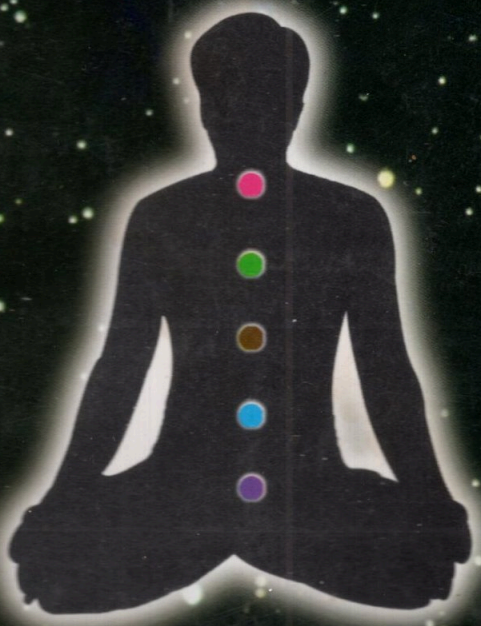
SINROME 20



ROTARACT CLU

GOVT. SIDDHA MEDI

PALA

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Wishes from

30156

M. GOPALAN ASAN

SIDDHA & AYURVEDIC MEDICAL HOME

130, Balamore Road, Nagercoil - 629 001.

A Great name in Siddha &
Ayurvedic name for 75 years.

Our Special Products

- Kaya Thirumeni Thylam for Varma (Varma thylam)
- Aya Bringa Raja Kalpam for Vigour & Vitality
- Neeli Bringathi Oil for hair Growth

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

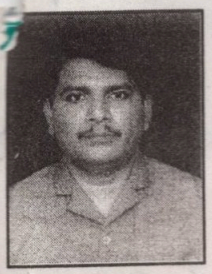
Rotaract Invocation

Oh God! our almighty Father and Ruler
Of the Universe, We thank thee
For the inspiration You've given us
For the Rotaract movement based upon fellowship
through service we humbly beg
You to continue thy grace to do
Our Service to ourselves to our neighbours
and to the mankind for the hobour & glory
of Thy Holy name!

SINROME 2000

Rotaract Club of Govt. Siddha Medi
Palayamkottai - 627 002.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE



P. RAMA MOHANA RAO, I.A.S.,
Director of Indian Medicine and Homoeopahty,
Arignar Anna Government Hospital Campus,
Arumbakkam, Chennai - 600 106.

Message

I am happy to know that the Rotract Club members of Government Siddha Medical College have planned to conduct an intra Collegiate function namely SINROME. I hope the proceedings of the SINROME will be useful to improve the understanding among the inter Collegiates and strengthen the fraternity to work for common interests.

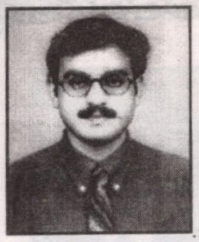
I wish the magazine to be published in the eve of SINROME will be a becon to encourage patriatism, dedication and devotion for a common cause.

I wish the Rotaract and Sindrome every success.

Yours sincerely,

P. RAMA MOHANA RAO

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE



வியர்வைக்குப் பின்னால்

போர்கண்டு போர்கொண்டு புவியினிலே
புகழ் கொண்டாண்ட புவியரசர்போல – **"யோகாசனத்தின்"**
நேர்கொண்ட நடையினிலே நடுக்கடலில்
உருவாகும் புயலொன்று தோன்றுதடா!
சீர்பயனைக் கொண்டதனால் நின் உருவெல்லாம்,
உலகம் ஏற்றுக் கொண்டதுவே உளமெல்லாம்!
மார்கண்ட குழந்தையைப் போல் – உன்
நற்பயனை சுவைக்க வருகின்ற
வீர்கொண்ட உலகினரெல்லாம் – உன்னை
ஏற்றுத் தொழ கரம் குவிப்பர்
வேர்கொண்ட பசும் உயிர்களெல்லாம்
உடல்வாடும் வறட்சியின்போது – பெரும்
கார்கண்ட மகிழ்ச்சியிலே உன்
கண்மணிகள் களிக்குதிங்கே!
கல்லூரியில் கால்பதித்த கன்னியர்கள்
காற்றாக என்னோடு திரண்டுவர
வீடாமுயற்சி செய்யும் காளையர்கள்
வியர்வையோடு மழையாக புரண்டுவர **"சின்ரோம் 2K"**
புயலாக வரும்போது பூக்கும் இந்த மலர்
உங்கள் உள்ளங்களில் பூக்க இருக்கிறது
இம்மலரைப் பற்றி உள்ளம் பூரிக்கப் பேசுங்கள்.
மேலும் இம்மலர் சிறக்க பேருதவி புரிந்த
கல்லூரி முதல்வர் மரு. வி. சுப்புலெட்சுமி, எம்.டி.சி அவர்கள்
ரோட்டராக்ட் கழக ஆலோசகர், பேராசிரியர்
மரு.என். சிதம்பரநாதன், எம்.டி.(சி) அவர்கள்,
மனதார வாழ்த்துரை தந்த நல்ல உள்ளங்கள்,
கவிதை, கட்டுரை தந்து மலருக்கு சிறப்பு சேர்த்தவர்கள்,
இவர்கள் அனைவருக்கும் என் இதயம் கனிந்த நன்றி

என்றும் அன்புடன்,

ச. செல்வகுமார்
ஆசிரியர்.

இவர் இந்த மலரின் செல்லப்பிள்ளை.
ஆங்காங்கே தோன்றி குறும்புகள் புரிவார்!

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Message

Dear Rotaractors,

I am happy to hear that you are going to release a souvenir for the year 2000-2001. I sincerely appreciate the efforts and enthusiasm taken by our Rotaract Club members and office bearers in their public utility services such as Blood donation camps, Medical camps etc. I wish all of you to continue the services in your career also.

With kind regards,

Your's

Dr. V. Subbulakshmi, M.D. (S)
Principal,
G.S.M.C. Palayamkottai.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Message

Dear Rotaractors,

I am happy to know that Our Rotaract club functioning last eight years successfully.

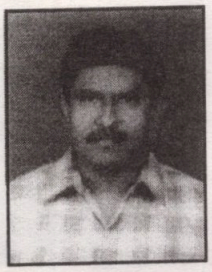
Our Rotaractors have conducted many social Activities, Siddha Medical Camps, Free Blood Donation wing etc. and participated in inter collegiate cultural programmes and got number of prizes too. Now you are conducting eighth year SINROME function joyfully.

Wishing the function every success.

Your's

Rtn. Dr. N. Chidambaranathan M.D. (S)
Staff Advisor.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE



Message

Dear Rotaract President,

I am extremely happy to know that you are organizing a cultural festival in the name of "SINROME 2000". Petronage to Art and Culture signity the critised status of youngsters like you. I congraduate the President and office bearers of Rotaract Club of Government Siddha Medical college for having organized 'SINROME 2000' and I wish the programme all success.

Yours in Rotary

Rtn. PHF. A. Anbu Sanjeevi Kani,
President,
Rotary Club of Tirunelveli West.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Message

Dear Rotaractors,

I am so delightful to learn that our Rotaract Club of Siddha Medical College, Palayamkottai is conducting the Sinrome 2000 this year and to release the Souvenir.

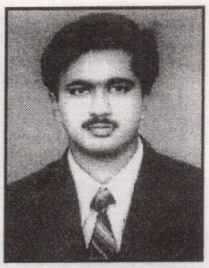
I am extremely impressed to see the excellent involvement and participation of our Rotaract Club that should keep up its glorious heights for many more years to come in serving the society.

May I take this opportunity to extend my warmest greetings and best wishes for the successful conduct of the celebration as well as for the release of the Souvenir.

Your's

Rtn. P. Paramasivan
Secretary,
Rotary Club of Tirunelveli West.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE



Message

Warmest Rotaract Salutation to all.

I have really supercilious to release our endeavour outcome of Souvenir Sinrome 2000 through our Editor's Desk with the assist of our beloved Benovelence Rotaractors.

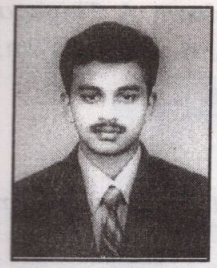
My deepest gratification to our beloved Principal and staff advisor for imparting innovative ideas and enormous supports and also grateful to all the sponsors and Advertisers for emancipating the Souvenir in successful manner.

I also wish the new team of Rotaract 2001 office bearers to have a run of luck and enduring effulgence of partners in service along with Rotaract west.

Your's in Rotaract Service

G.V. Selvaganesan
President
Rotaract Club of G.SM.C.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE



Secretary Club Report

Beloved Rotaractors,

Warmest Rotaract Greetings to you all. My soul bloats with steep elation on convening you through Sinrome magazine. I here being to limelight the splendid, aprreciable and energetic activities of our club with the encouragement of our dynamic and industrious Rotaractors.

COMMUNITY SERVICE :

1) We participated in a song feast for the blind school students conducted by Ayakudi Amar Seva Sangam.

2) We conducted "Free Siddha Medical Camp" at Karungulam on 22.3.2k.

3) We conducted pulse polio - immunization programme on 23.1.2k in our college campus.

4) We participated in "Infotec" - 2000 computer exhibition conducted by Rotary Club of Tirunelveli west on August 12th & 13th

5) We conducted "Rotary Conference" at Xaviers College January.

6) Our Rotaract members donated blood to penniless patients in various sanitarium.

They are :

P. Senthil Kumar, N. Abirami, Roy. S. Maria , S. Punitha, R. Sudha, K. Bachya Lakshmi, S. Natarajan, G.V. Pavithra, S. Suganthi,Manjula, P. Manjula Devi.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

D. Gracy, A. Lalitha, M. Nalini Priya, A. Sivasakthi, P. Sathasivam, A. Thiyaga Sundaram, Sakthi, S. Manickavasagam, T. Prem Anand, Saravanan, Thilagavathi, Abbas, Arivazhagan, Sivakumar.

CLUB SERVICE :

1. *General body meetings every week and Board Meetings once in a month.*

2. *"IRIS" Club magazine, Bimonthly Professional Development.*

INTERNATIONAL SERVICE :

Attended

FEMUR - 2000
FIZZORE - 2000
FISFEST - 2000

and won a number of prizes.

ROTARACT PRIZE WINNERS :

Rtr. M. Arun
Rtr. K. Saravanan
Rtr. S. Natarajan
Rtr. K. Muthu
Rtr. K. Balachander
Rtr. A. R. Ramesh
Rtr. A. Chithirai Selvi.
Rtr. G. Muthulakshmi
Rtr. S. Hemala
Rtr. B. Chitra
Rtr. S. Thamarai
Rtr. J. Vinitha
Rtr. S. Suganthi
Rtr. T. Geetha Priya
Rtr. Raj kumar

I know the fertal of this SINROME - 2000 no skepticism will presued our camouflage skill and cut loose our feelings moralizing fellowship, friendship and love. I crave the club for success in the succeeding years.

Your's in Rotaract Service

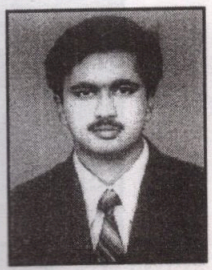
P. Senthil Kumar
Secretary,
Rotaract Club of G.SM.C.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

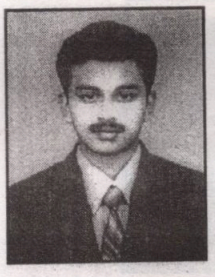
ROTARACT CABINET

Dr. V. SUBBULAKSHMI M.D., (S)
Patron

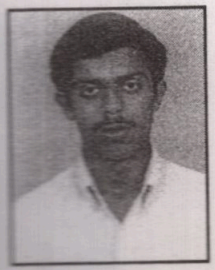
Dr. N. CHIDAMBARANATHAN M.D., (S)
Staff Advisor



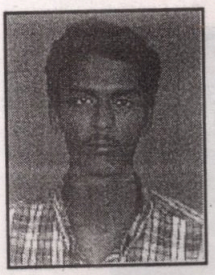
Rtr. G.S. SELVAGANESAN
President



Rtr. P. SENTHILKUMAR
Secretary



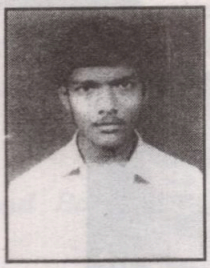
Rtr. S. SARAVANAN
Vice President



Rtr. M. SIVAKUMAR
Vice President

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Rtr. T. PETCHI
Joint Secretary



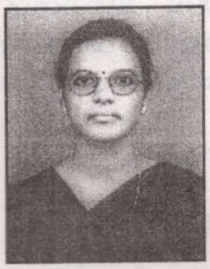
Rtr. S. SENTHILMURUGAN
Treasurer

Rtr. D. CHINADEVI
Sub-Treasurer

Rtr. ROY S. MARIA ELEZABETH RAJAM
Sub-Treasurer

Rtr. S. TAMILVANAN
Community Service

Rtr. M. MENAKA
Community Service

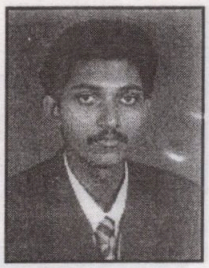


Rtr. S. THAMARAI SELVI
Club Service

Rtr. T. GEETHAPRIYA
Club Service

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Rtr. R. ARULMATHI
Professional Development



Rtr. V. PREM ANAND
Professional Development

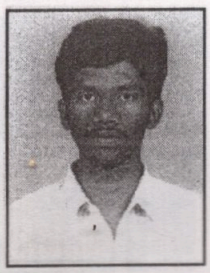
Rtr. B.S. INDUMATHI
Professional Development

Rtr. V. SREEDEVI
International Service

Rtr. M. SELVADEEPA
International Service

Rtr. R. SUDHA
Blood Donation

Rtr. S. JESIMA PARVEEN
Blood Donation



Rtr. C. ARIVAZHAGAN
Blood Donation

Rtr. V. KRISHNAN KANTH
Blood Donation

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Rtr. G.R. SANGEETHA
Youth Activities

Rtr. P. KAVITHA
Youth Activities

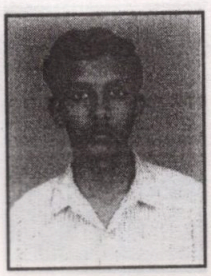
Rtr. M. NEELA
Youth Activities

Rtr. J. VINITHA
Fine Arts

Rtr. M. NAGAJOTHI
Fine Arts

Rtr. K. RADHA
Fine Arts

Rtr. B. VIMALDOSS
Fine Arts

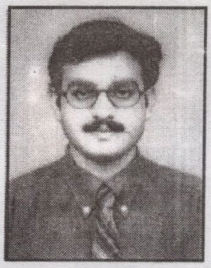


Rtr. S. VIJAY VICKRAMAN
Sargeant at Arms

Rtr. RENGASAMY
Advertisement Committee

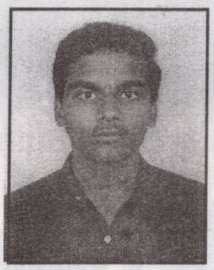
AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

THE PEN BEHIND THE PAGES

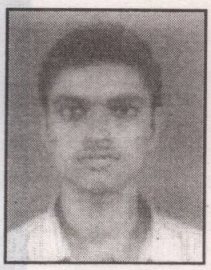


Rtr. C. SELVAKUMAR
Editor

Rtr. S. PUNITHA
Sub Editor



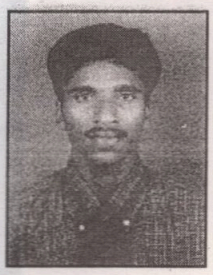
Rtr. R. A. CHENTHAMARAI
Sub Editor



Rtr. C. VIJAYAN
Sub Editor

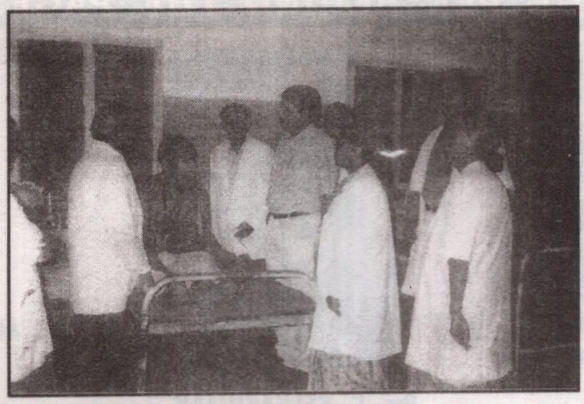
Rtr. N. ABIRAMI
Editorial Board

Rtr. S. SUGANTHI
Editorial Board

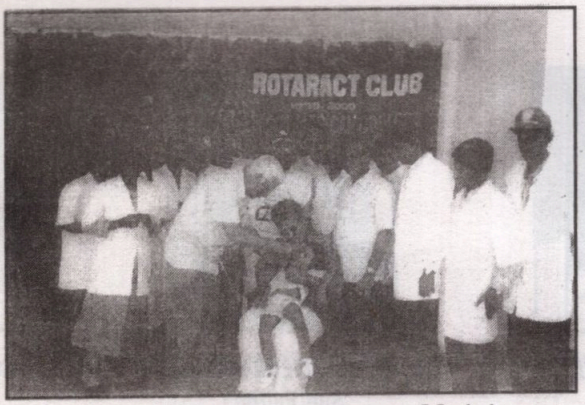


Rtr. SATHA. RAMESH
Editorial Board

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE



Our Director visit at SPM ward.



Pulse-Polio Immunisation Programme on 23rd January 2000
in our College campus.

Installation function 1999

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Rtr. PP. B. SRIMURUGANAGALINGAM

Rtr. PS. S. KARTHIK

I wish the new team of Rotaract 2000 office bearers group to make out and enduring effulgence of partners kin service along with Rotary west.

We thankfully Remembers

1. *Prince Surgicals*
2. *Pratheep Photo Flash*
3. *Nellai Motor Vehicle Agency*
4. *Rtn. D. Balaji, Nellai Trading Company & Engg.*
5. *Sumangali Furniture*

Our Guiding Lights

Prof. Dr. V. Subbulakshmi M.D (s)

Rtn. Prof. Dr. N. Chidambaranathan, M.D. (s)

Staff Members, G.S.M.C.

Rotary Club of Tirunelveli West

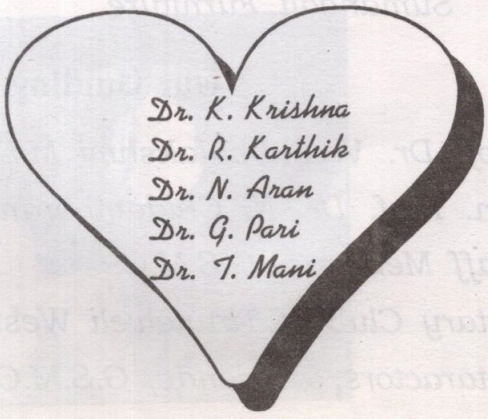
Rotaractors & Friends, G.S.M.C.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

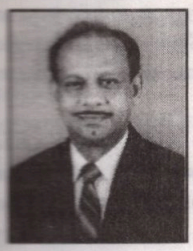
அன்புச் சாரல்

சிந்தும் மழைத்துளிகளில்
சிந்தனைகளை நனையவிட்டு
உழைப்பின் வேர்வை துளிகள் சேர்ந்து
பலரின் இதய அறைகளில்
வற்றாத இன்ப வெள்ளமாய்
உங்கள் வெற்றி சாரலை
தூவச் செய்ய போகும்
அன்புத் தம்பிகளின்
அருமை விழாவினை – வாழ்த்தும்

ஆருயிர் அண்ணன்கள் ...



AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE



யோகம்

டாக்டர். சிதம்பரநாதன், M.D. (s)
பேராசிரியர் & துறைத் தலைவர்,
உடல் தத்துவம் மற்றும் சிறப்பு மருத்துவம்

'யோகம்' என்பதற்கு 'ஒன்றித்தல்' என்று பொருள். கடவுள் அல்லது சத்தியத்துடன் மனதை ஒன்றிக்கச் செய்யும் பரிபூரண விஞ்ஞானக் கலையே 'யோகம்' எனப்படும்.

இன்னும் ஒரு முறையில் யோகத்தை விளக்க வேண்டுமேயானால் ''நம் மனமானது புலன்களினால் பொறிகள் வழியாக சிதறி சீர் கெட்டு போகாவண்ணம் அதனை ஒரு நிலைப்படுத்தி, பேரின்பமாகிய இறைநிலை ஒன்றையே எண்ணி எண்ணம், சொல், செயல் இவைகளில் ஆகம விதிப்படி ஒழுகுவது ஆகும். இது எட்டு வகைப்படும்.

''இயம நியமமே எண்ணிலா ஆதனம்
நயமுறு பிராணாயாமம் பிரத்தியாகாரம்
சயமிகு தாரணை, தியானம் சமாதி
அயமுறும் அட்டாங்கமாவதுமாமே''
– திருமந்திரம்

1) **இயம்** : இத மன ஒழுக்கத்திற்கான பயிற்சி முறையாகும். மனதைத் தூய்மைப் படுத்துவதற்கான வழியை வள்ளுவர்,

''புறந்தூய்மை நீரான் அமையும் –
அகத்தூய்மைவாய்மையாற் காணப்படும்.''

என்று உணர்த்துகிறார்.

திருமந்திரமாகிய தமிழ் மூவாயிரத்தில்,

''கொல்லான் பொய் கூறான் களவிலான்
எண் குணன்
நல்லான் அடக்கமுடையான் நடுச் செய்ய
வல்லான் பகுத்துண்டான் மாசிலான்
கட்காமம் (கள், காமம்)
கில்லாள் இயமத்திடையில் நின்றானே'' என்று விளக்கப்படுகிறது.

2) **நியமம்** : இது செயல் தூய்மைக்கான பயிற்சி முறையாகும். நாம் அன்றாடம் நமக்காகவும் பிறருக்காகவும் ஆற்றும் கடமைகளின் போது நல்ல நெறி முறைகளைப் பின்பற்று வோமேயானால் அதனால் நமக்கும் பிறர்க்கும் நன்மையும் மகிழ்ச்சியும் உண்டாகும் திருமந்திரத்தில்,

தூய்மை அருளுண்சருக்கம் பொறை
செ வ் வை
வாய்மை நிலைமை வளர்த்தலே மற்றிவை
காமங்களவு கொலையெனக் காண்பவை
நேமிமீரைந்து நியமத்தனாமே என்று விளக்கப்படுகிறது.

3) **ஆசனம்** : இது யோகத்தில் ஓர் அங்கம் என்பதால் யோகாசனம் எனப்படுகிறது. 'உடலை அல்லது உடல் உறுப்புகளை ஒரு குறிப்பிட்ட நிலையில் குறிப்பிட்ட காலத்திற்கு அசையாமல் வைத்திருத்தல் ஆசனம்' எனப்படும். ஆசனத்தின் ஏதேனும் ஒரு குறிப்பிட்ட நிலையில் இருந்து கொண்டு உடல் உறுப்புகளை அசைத்துப் 'பயிற்சி கொடுத்தல்' 'ஆசனக் கிரியை' எனப்படும்.

ஆசனங்கள் என்ற இருக்கை நிலைகள் (Postures) யாவும் உடற்பயிற்சி போன்றி ருந்தாலும் பொதுவான உடற்பயிற்சிகளிலிருந்து செயலிலும் நிலையிலும் வேறுபடுகின்றன. பொது உடற்பயிற்சிகளால் பொதுவாக உடலின் எல்லா உறுப்புக்களுக்கும் இரத்த ஓட்டம் சீராகப் பரவி அவை நன்னிலையில் இயங்க ஏதுவாகிறது. உடலின் மேற்புறத் தசைகள் வன்மையடை கின்றன. ஆனால் யோகாசனத்தினால் உடலின் குறிப்பிட்ட உள் உறுப்புக்களையும் தூண்டி நன்கு இயங்கச் செய்து அவை சீர் கெட்டிருந்தால் அதனை சரி செய்து விடவும் ஏதுவாகிறது.

ஆசனங்கள் எண்ணிக்கையில் பல இலட்சங்கள் இருப்பதாக சித்தர் நூல்கள் கூறுகின்றன. ஆனால் சில ஆசனங்களே நடைமுறையில் பயிற்சி செய்யப்பட்டு வரு கின்றன.

ஒரு நாகரிக உலகில் நம் நாடு சீர்படுத்தப்படுகிறதா? இல்லை சீரழிகிறதா?
கலாச்சாரம் சீர்படுத்தப்பட்டு பண்பாடு சீரழிகிறது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

ஆசனங்களை நல்ல குருவின் துணையுடனேயே கற்றுக் கொள்ள வேண்டும். செய்யும் போது படிப்படியாக நிதானமாகச் செய்ய வேண்டும். மூச்சைப் பிடிக்காமல் செய்ய வேண்டும். மாற்று ஆசனங்களுடன் சேர்த்தே செய்வது நல்லது. சமதளத்தில் ஏதேனும் விரிப்பின் மேல் அமர்ந்து நல்ல காற்றோட்டமும் போதிய வெளிச்சமும் உள்ள இடத்தில் செய்ய வேண்டும். காலை, மாலை வேளைகள் ஏற்றவை. வயிறு காலியாக இருக்க வேண்டும். எளிமையான ஆடைகளை அணிந்து செய்ய வேண்டும்.

ஆசனப் பயிற்சிகளினால் நிறைய நன்மைகள் கிடைக்கின்றன. உடலின் உள் உறுப்புகள் பலம் பெறுகின்றன. அவற்றின் இயக்கம் சீர் பெறுகின்றன. இரத்த ஓட்டம், வெப்ப ஓட்டம், காற்றோட்டம் இவை உடலில் சீராக நிகழ்கின்றன. நினைவாற்றல் அதிகரிக்கும். மனம் தூய்மையாகி, ஒருமைப்படுத்தும் ஆற்றல் அதிகரிக்கும்.

சில ஆசனங்களும் பயன்களும் கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ளன :

பத்மாசனம்	–	மனதை ஒரு நிலைப்படுத்தும் ஆற்றல் அதிகரிக்கும். நல்ல பசி எடுக்கும். அஜீரணம் நீங்கும். சுறுசுறுப்பு உண்டாகும். நரம்புகள் வலுப்படும். முக்குற்றங்களும் தன்னிலைப்படும்.
மயூராசனம்	–	செரிமன சக்தி பெருகும், கைகள் வலு பெறும், வயிற்றுப் பேசிகள் வலுப்பெறும்.
பாம்பு ஆசனம்	–	முதுகுத் தண்டு பலம் பெறும்; நரம்புகள் புத்துணர்ச்சி பெறும்.
வில் ஆசனம்	–	செரிமன ஆற்றல் பெருகும். மதுமேகநோய் கட்டுப்படும். கூன் முதுகு பிற்காலத்தில் ஏற்படாது.
சிரசாசனம்	–	தலைப்பகுதிக்கு அதிகக் குருதியோட்டம் கிடைப்பதால் மூளை பலம் பெறும். நரம்புகள் வலுபெறும். நினைவாற்றல் பெருகும். சுறுசுறுப்பும், புத்தி தெளிவும் உண்டாகும். பெண்கள் சூல்காலத்தில், மாதவிடாய் காலங்களிலும் செய்தல் கூடாது. 25 வயதுக்கு குறைந்தவர்கள் இவ்வாசனம் செய்தல் ஆகாது. அதிக பட்சமாக 3 நிமிடங்கள் வரை செய்யலாம்.

SRI VASANTHAM

REAL ESTATE

Dharba Building (Ups.)
1, Perumal Sannathi St.,
Tirunelveli - 627 001.
☎ (O) 330564 (R) 541790

★ **Dealing House Plots**
★ **Finance**

இன்றைய சமுதாயத்தில் சித்த மருத்துவர்கள் தனிமதிப்பு பெற வேண்டுமெனில் என்ன செய்ய வேண்டும்?

இப்பவே சித்த மருத்துவர்கள் ''தனி'' மதிப்போடதாங்க இருக்கிறாங்க

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

சர்வாங்க ஆசனம்	–	இதனால் வீதன கோளங்கள் தூண்டப்பட்டு நன்கு செயல்படுவதால் குறைவீதன நோய் உடையவர்கள் இவ்வாசனம் செய்யலாம். நரை, திரை, மூப்பை மாற்றி முதுமையைத் தள்ளிப் போடும்.
கலப்பை (ஹலாசனம்)ஆசனம்	–	என்புக்குகூடு நெகிழ்ச்சித் தன்மையடையும், முதுகெலும்பும் முதுகுத் தண்டும் பலம் பெறும். வயிற்று உறுப்புகள் பலம் பெறும்.
யோக முத்திரை	–	முதுகெலும்பு, முதுகுத்தண்டு பலம் பெறும். வயிற்று உறுப்புகள் நன்கு தூண்டப் பெற்று, பசி செரிமன சக்தி பெருகும். தாது பலம் பெறும்.
மீன் ஆசனம் (மச்சாசனம்)	–	கழுத்து, முதுகெலும்பு பலம் பெறும். மார்பு நன்கு விரிவடைந்து சுவாச உறுப்புகள் பலம் பெறும். போதிய பிராண ஆற்றல் கிடைக்கும். செரிமனம் பெருகும். மலச்சிக்கல் நீங்கும்.
சவாசனம்	–	களைப்பு நீங்கி புத்துணர்ச்சி உண்டாகும். ஆசனங்கள் எல்லாம் முடித்த பிறகு ஓய்வு எடுப்பதற்கான ஆசன முறை.

4) **பிராணாயாமம் :** மூச்சை வசப்படுத்தும் பரிபூரண விஞ்ஞானக்கலையாகும். சாதாரணமாக தானாகவே நடைபெற்றுக் கொண்டிருக்கும் சுவாசத்தைக் கட்டுப்படுத்தி ஒரு நிமிடத்தில் நிகழும் சுவாசங்களின் எண்ணிக்கையும் மூச்சு உள்ளிழுத்து வெளிவிடும் கால அளவையும் மாற்றி அமைத்து பயிற்சி செய்து வருவது பிராணாயாமம் அல்லது வாயுதாரணை அல்லது வாசியோகம் எனப்படும்.

பிராணாயாழ்வு காலை மாலை வெறும் வயிற்றில் செய்வது நல்லது. ஆசனத்திற்கு முன்போ பின்போ செய்து வரலாம். இப்பயிற்சியினால் புப்புசக் கண்ணறைகளில் முழுவதுமாகக் காற்று நிரம்பி இரத்தம் முழுமையாக பிராணவாயுவை பெற்று திசுக்களுக்கு போதுமான அளவு போடணம் கிடைக்க ஏதுவாகிறது. இதனால் இரத்தம் தூய்மையடைகிறது. புப்புசங்களில் மலினங்கள் நீங்கி அவையும் தூய்மை அடைகின்றன. மூளையும் நரம்பு மண்டலமும் குறிப்பாக நன்கு போடணிங்கப்பட்டு வலுவடைகின்றன. நினைவாற்றல், சறுசுறுப்பு, புத்தி தெளிவு ஏற்படுவதுடன் செரிமன சக்தி நன்கு பெருகுகிறது. புப்புச நோய்க்ள நீங்கவும்

Dr. D. Durai Raj B.H.M.S.
HOMOEOPATH

Cli : 574911
Res : 540484

Vignesh Homoeo Clinic
The Centre for Sick Individual

14, Thiruchendur Road,
Murugankurichi,
Tirunelveli - 2.

வாழ்க்கையில் முன்னேற.....?

வாழ்க்கை அடிமட்டத்துல இருந்தா கண்டிப்பா முன்னேறிறலாம்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

வராமல் தடுக்கவும் ஏதுவாகிறது. பிராணியாமமும் கற்ப முறைகளுள் ஒன்று என்பதனைக் கீழ்க்கண்ட பாடல்கள் தெளிவாக்குகின்றன.

''ஏற்றி இறக்கி இருகாலும் பூரிக்கும்
காற்றைப் பிடிக்கும் கணக்கறிவாளறில்லை
காற்றைப் பிடிக்கும் கணக்கறிவாளருக்குக்
கூற்றை உதைக்கும் குறியதுவாமே''
(கூற்று – எமன்) – திருமந்திரம்

''வாயு வழக்கறிந்து செறித்தடக்கில்
ஆயுட் பெருக்க முண்டாம்'' – ஔவைக் குறள்

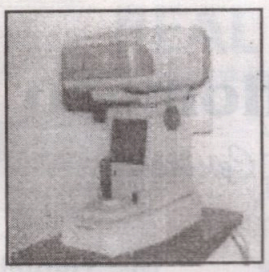
கலை நாலு போகிறதை எட்டிற் சேரு
கபடமற்ற தேகமடா கண்டுபாரே – காகபு அண்டர்

உருத்தரித்த நாடியில் ஒடுங்குகின்ற வாயுவைக்
கருத்தினால் இருத்தியே கபால மேற்ற வல்லிரேல்
விருத்தரும் பாலராவர் மேனியும் சிவந்திடும்
அருள்தரித்த நாதர் பாதம் அம்மை பாதம் உண்மையே – சிவ வாக்கியர்

பிராணாயாமத்தில் மூச்சை உள்வாங்குவது பூரகம்; அதை நிலை நிறுத்துவது கும்பகம்; மூச்சை வெளிவிடுவது இரேசகம். இவற்றிற்கான காலமாத்திரையளவு பூரகத்துக்கு 16, கும்பக த்துக்கு 64 இரேசகத்துக்கு 32 என்பதனை

ஏறுதல் பூரகம் ஈரெட்டு வாமத்தால்
ஆறுதல் கும்பகம் அறுபத்து நாலதில்
ஊறுதல் முப்பத்திரண்டதில் ரேசகம்
மாறுதல் ஒன்றின் கண் வஞ்சகமாமே

சிறந்த கண்மருத்துவ நிபுணரைக் கொண்டு ☎ 337876
கம்ப்யூட்டர் மூலம் கண் பரிசோதனை செய்து உடன்
கண் கண்ணாடி மற்றும் காண்டாக்ட் லென்ஸ் வாங்கிட



எலைட்
ஆப்டிகல்ஸ்

54-B/16, ஹைரோடு, தேவர் சிலை அருகில், திருநெல்வேலி ஜங்ஷன்.

கண் மருத்துவரின் பார்வை நேரம் : 6 p.m. to 8.30 p.m.

வாழ்வில் சாதிக்கத் துடிக்கும் மனிதர்கள் பற்றி?
அவர்கள் இதுவரை எதுவும் சாதிக்காதவர்கள்

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

என்ற திருமத்திரப்பாடல் தெளிவுபடுத்துகிறது. கும்பகம் என்பது மூச்சை அடக்குவது என்று சொல்வதை விட அதனை குருதிப் பரிமாற்ற த்தின் மூலம் பிராணவாயுவை திசுக்களில் நிலைப்படுத்துவது என்று சொல்வதே பொருத்தம் என நவீன யோக வல்லுநர்கள் கருத்துரைக்கிறார்கள். கும்பகமானது உள்முகக் கும்பகம், வெளிமுகக் கும்பகம் என இருபிரிவாக அமைகிறது. சுவாசத்தின் (வாயுதாரனைப் பயிற்சியின்) போது ஒரு சுவாசத்தில் பூரகத்திற்கும் இரேசகத்திற்கும் இடைப்பட்ட காலவெளி (Pause between inspiration and expiration) உள் முகக்கும்பகம் என்றும் இரேசகத்திற்கும் அடுத்த சுவாசத்தின் பூரசுத்திற்கும் இடைப்பட்ட காலவெளி (Pause between expiration and the inspriation of the next successive respiration)

சரப்பயிற்சி (பிராணாயாமம்) யின் போது மூன்று நாடிகளின் வழியே அதாவது இடகலை (சத்திரகலை) இடது நாசியிலும், பிங்களைல (சூரிய கலை) வலது நாசியிலும் சுழிமுனை இரண்டிலும், மூச்சுக் காற்று போக்குவரவு புரிகிறது.

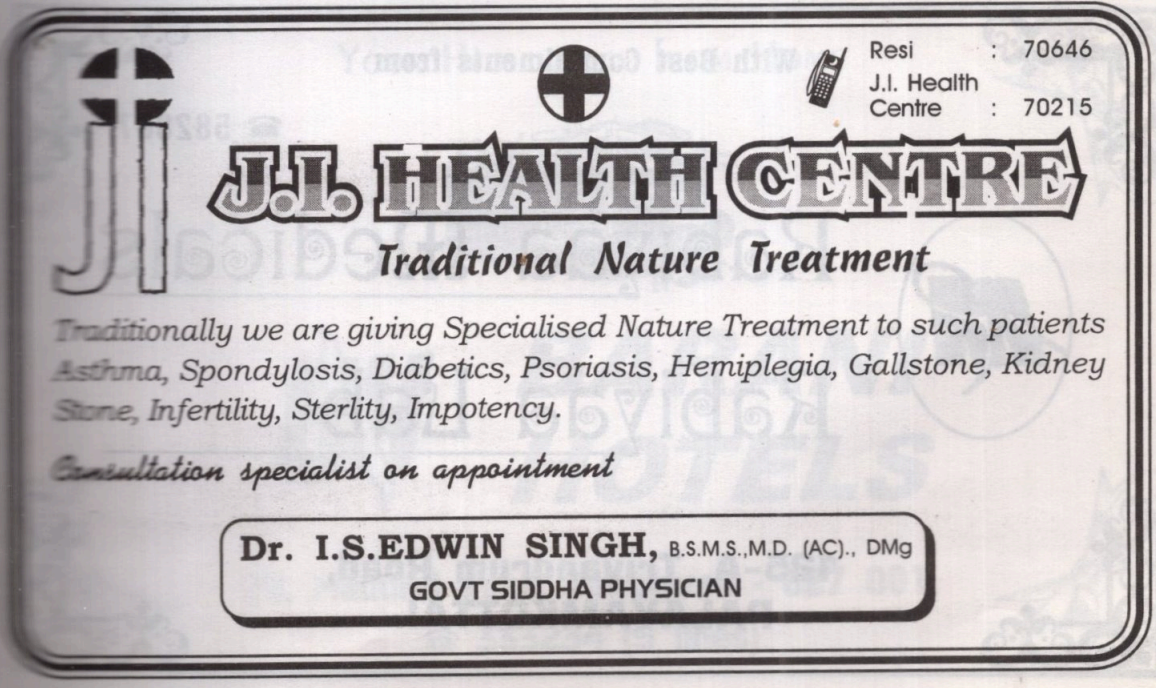
இடகலை, பிங்கலை, சுழி முனை இவை நடக்கும் கிழமைகளை.

''வெள்ளி பெண்டிங்கள் விளங்கும் புதன் இடம்
தெள்ளிய ஞாயிறு செவ்வாய் சனி வலம்
வள்ளிய வியாழன் வளர் பிறைக்கோ இடம்
ஒள்ளிய தேய் பிறைக்கே வலமாமே''

அதாவது,

திங்கள், புதன், வெள்ளி – இடகலை
செவ்வாய், சனி ஞாயிறு – பிங்கலை
வியாழன் – வளர்பிறையில் இடகலை, தேய்பிறையில பிங்கலை

மேற்குறிப்பிட்டபடி இன்றி சுவாசம் மாறி நடப்பில் பிணியாம். இவ்வாறு மாறி நடப்பதை சரப்பயிற்சியின் மூலம் மாற்றி அமைத்து பிணி நீக்கத்திற்கு வழி செய்யலாம். சுழுமுனையில் சுவாசம் இயங்கும் போது சரப்பயிற்சி மேற் கொள்வது சிறந்தது என்பர்.



ஆண், பெண் நட்பு என்பது எதுவரை?

ஆணும் பெண்ணும் இருக்கும் வரை - மஞ்சரி, II Year.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

சரப்பயிற்சியில் போது கடைப்பிடிக்க வேண்டிய வழிகள் :

ஈரமற்ற தரையில் விரிப்பின் மீது அமர்ந்து காற்றோட்டமுள்ள இடத்தில் செய்ய வேண்டும். பனியும் குளிரும் இல்லாத காலங்களில் நதிக்கரை, ஏரிக்கரை, தோட்டம், வெளி, மலைப்பகுதி ஆகிய இடங்களில் செய்யலாம். உணவுக் கட்டுப்பாடு அவசியம். சாத்வீக உணவு நல்லது. அரை வயிறு உணவு, கால் வயிறு நீர், மீதி கால் வயிறு வெறுமையாய் இருக்க வேண்டும்.

சரப்பயிற்சி செய்ய ஏற்ற காலங்கள் :-

1) சூரிய உதயம் முதல் 3 நாழிகை (3 × 24 = 72 நிமிடங்கள்)

2) மதியம்

3) சூரியன் மறைவதற்கு முன்னும் பின்னுமாக 4 நாழிகை

4) (அர்த்தராத்திரி) நடு இரவு சாமத்தில்

சரப்பயிற்சியின் போது மூச்சை வெளிவிடல் உளவாங்கல், மெதுவாகவும் நிதானமாகவும் செய்ய வேண்டும்.

பூரித்த நாடி வழியே இரேசிக்காமல் பயிற்சி செய்வது சரியானபடி நன்மை அளிக்கும். இரேசித்த நாழி வழியே பூரிக்கலாம். இது பயிற்சி முறையைப் பொறுத்து அமையும். சரப்பயிற்சியின் போது பத்மாசனம் அல்லது துறவிகளாயிருப்பின் சித்தாசனம் நிலையில் இருந்து கொள்ளலாம். அல்லது சாதாரண மாக சுக ஆசனத்தில் (சப்பணமிட்டு அமர்தல்) இருந்து கொண்டும் செய்யலாம்.

ஒரு பயிற்சி முறை:- முதலில் வலதுகையின் ஆட்காட்டி நடுவிரல்களை மடக்கிக் கொள்ள வேண்டும். வலதுகைக்கட்டை விரலால் வலது நாசித் தொளையை மூடிக்கொண்டு இது தொளையால் மெதுவாகக் காற்றை எவ்வளவு முடியுமோ அவ்வளவு உள்ளிழுக்க வேண்டும்.

அடுத்த வலதுகைக்கட்டை விரலை எடுத்து விட்டு மோதிரவிரல் மற்றும் சிறுவிரல்களால் இடது நாசித்துவாரத்தை அடைத்துக் கொண்டு மிகவும் மெதுவாகவும் நிதானமாகவும் வலது நாசித் துவாரத்தின் வழியாகக் காற்றை இரேசிக்க வேண்டும்.

With Best Compliments from

☎ 582807

Rabiyaa Medicals

Rabiyaa Lab

125-A, Trivandrum Road,
PALAYAMKOTTAI.

? *நம் கல்லூரி தொடங்கிய போது இருந்ததற்கும் இப்போது இருப்பதற்கும் உள்ள வித்தியாசம் (கடலை தவிர) என்ன?*

புதுசட்டை மாட்டப்பட்ட அதே பழைய அழுக்கான உடல். - சுனிதா, *V. B.S.M.S.*

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

அடுத்து வலது மூக்குத்துளை வழியாகவே காற்றைப் பூரகம் செய்து பின் இடது மூக்குத்துளை வழியாக இரேசிக்க வேண்டும்.

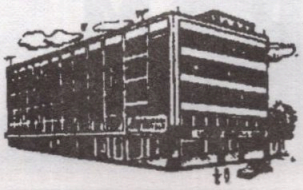
இதுவே பயிற்சியின் ஒரு கட்டமாகும். இதைத் தொடர்ந்து 50 முதல் 60 தடவையில் வரை செய்யலாம்.

5) **பிரத்தியாகாரம் :** இது (ஐந்து) புலன்களை வசப்படுத்தும் விஞ்ஞானக் கலையாகும். சுவை, ஒளி, ஊறு, ஓசை, நாற்றம் ஆகிய புலன்கள் முறையே நாக்கு, கண், தோல், செவி, மூக்கு ஆகிய பொறிகளின் வழியாக அனுபவிக்கும் நுகர்ச்சிகளைக் கட்டுப்படுத்தும் பயிற்சி முறை பிரத்தியாகாரம் ஆகும். புலனுகர்வு அளவுக்கு மிஞ்சும் போது உயிராற்றல் அழிகிறது. எனவே அளவுடன் புலனுகாலை அமைத்து உடலை நோய்வாய்ப்படாமல் அழியாமல் காத்து வருவதற்கும் மனதை நம் கட்டுப்பாட்டிற்குக் கொண்டு வரவும் இப்பயிற்சி உதவுகிறது.

6) **தாரணை :** இது மனதை ஒருமுகப்படுத்தும் (concentration) கலை அல்லது பயிற்சி முறையாகும். பிரத்தியாகாரப் பயிற்சி உடையவர்களுக்கு இது எளிதில் வாய்க்கும். ஒரு குறிப்பிட்ட இலக்கை நோக்கி மனத்தை ஒருநிலைப்படுத்துதல் தாரணை எனப்படும். வாயுதாரணை என்பது பிராணாயாமத்தில் மூலம் மனதை ஒருமுகப்படுத்தி குண்டலியை எழுப்பும் பயிற்சி ஆகும். அங்கிதாரணை என்பது ஆசனங்களின் மூலம் மனதை ஒருமுகப்படுத்தி குண்டலியை எழுப்பும் பயிற்சி முறை ஆகும் என்பர்.

7) **தியானம் :** மனதை வசப்படுத்தும் பரிபூரண விஞ்ஞானக்கலை, மனவிசை புலன்களின் வழியே பொறிகள் வாயிலாக கண்டபடி அலைக்கழிக்கப்படுவதைத் தடுத்து அதனை பிரசுத்தியாகாரம் தாரணை வழியாக ஒருமுகப்படுத்தி நம் வசப்படுத்தி ஏதேனும் ஒரு குறிப்பிட்ட இலக்கையே மனத்தில் கொண்டு சிந்தித்து வரும் பயிற்சி முறையாகும். சுருங்கக் கூறின் ஏதேனும் ஒரு பொருள் பற்றிய இடைவிடாச் சிந்தனை (cessation of all thoughts except one) சித்தர்கள் கடவுளையே சிந்தித்து இறைமையை உணர்வதற்கு தியானமே கருவியாக ஆயிற்று. ஆழ்நிலை தியானம் (Transcendental Meditation) என்பது. மேலும் ஒரு படி மேலே போய் சிந்தனையற்ற எண்ண அலைகள் நீங்கிய அமைதியான மனநிலையை அடைவதாகும்.

YOUR HOME AWAY FROM HOME



BARANI HOTELS

29, Madurai Road, Tirunelveli - 627 001.

☎ 333234 (5 lines)

விருப்பம், ஆசை என்பது எதுவரை விருப்பப்பட்ட பொருள் கிடைக்கும் வரையா?

விருப்பப்படப் பொருட்கள் இருக்கும் வரை ஆசை என்பது தொடர்கதை - சிவா

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

தியானத்தில் மூலம் மனக்கிலேதம் (stress) நீங்குகிறது. மனமும் உடலும் புத்துணர்ச்சி பெறுகின்றன. மனம் அதிகம் பாதிப்பதால் உண்டாகும் அதிகுருதி அழுத்த நோய், மதுமேகநோய் இவை வாராது தடுக்கவும், வந்து விட்டால் அந்நோய்களைக் கட்டுபடுத்தவும் தியானம் பயன்படுகிறது. தியானப் பயிற்சியில் மூலமாக குண்டலியை எழுப்புதல் எளிய முறையாகும். தியானத்தை எப்போது வேண்டுமானாலும் பயிற்சி செய்யலாம். தியானத்தை சுக ஆசனத்திலிருந்து கொண்டு அல்லது பத்மாசனத்தில் இருந்து கொண்டு செய்யலாம் அல்லது படுத்துக் கொண்டேயும் செய்யலாம். எவ்வளவு நேரம் வேண்டுமானால் செய்யலாம்.

8) சமாதி : அட்டாங்கயோகத்தின் இறுதி நிலை. சித்தர்கள் இறைநிலையை உணர்ந்து இறை தன்மையை அடையும் நிலையாகும். அதாவது தான் வேறு கடவுள் வேறு என்றில்லாமல் தானே கடவுளாகும் நிலை சமாதி நிலையாகும். பொதுவாகக் கூறும் போது குறிப்பிட்ட இலக்கை நோக்கி மனத்தைச் செலுத்தி இறுதியில் இந்த, இலக்கை அடைதல் சமாதி எனலாம்.

யோகநிலையை அடைந்தால் மனிதன் தன்மனதை ஒருமுகப்படுத்தி நோயின்றி நீடூழி வாழலாம்.

With Best Compliments from

☎ 331763

CREST OPTICALS
கிரஸ்ட் ஆப்டிகல்ஸ்

CREST OPTICALS
கிரஸ்ட் ஆப்டிகல்ஸ்

கண் கண்ணாடிகள்

(பூர்ணகலா தியேட்டருக்கு அடுத்தகடை) திருநெல்வேலி ஜங்ஷன்

SRI
JANAKIRAM
HOTELS

30, MADURAI ROAD,
JUNCTION,
TIRUNELVELI - 627 001.

Grams : 'RAMAYAN'
Phone: 331941 (10 lines)
Fax : 331522

தாயின் அன்பு முக்கியமா? தாரத்தின் அன்பு முக்கியமா? எது உன்னதம், பெரிது?

முற்பகுதியில் தாயன்பும் பிற்பகுதியில் தரத்தின் அன்பும் வாழ்க்கையில் முக்கியம். - கரண்

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

நல்வாழ்த்துக்களுடன்

Ph. 734464

Dr. P. ராஜ்குமார் B.S.M.S., M.D.,

ஸ்ரீமீனாக்ஷி கிளினிக்

D-12, தாரணி மெடிக்கல்ஸ், ஷாப்பிங் காம்ப்ளக்ஸ், மதுரை - 1.

ECIL* - BDPS

COMPUTER EDUCATION

*A Government of India Enterprise

❖ Oracle with Dev 2000 ❖ VB 6 ❖ DTP
❖ Java ❖ Internet ❖ Autocad ❖ C++
❖ Web Design ❖ Unix ❖ MS Office 2000
❖ VC++ ❖ And Long Term Courses

★ Advanced Level Courses
★ Unlimited Practical hours
★ Week-End Batches for Employees & Students
★ Prestigious ECIL-BDPS Diploma
★ Your Password to quality Computer Education

Avail Special Concession

101-A, Madurai Road,
Above Bharathi Hotel,
Tirunelveli - 627 001. ☎ 335310

Always One Step Ahead

With Best Compliments from

HOTEL HARI

95B, Salai Street, VANNARPETTAI - 627 003.

For Spicy - Tastey - Delicious Food

?

பெண்ணிடத்தில் கொண்ட உண்மையான நட்பை காதலில் இருந்து வேறுபடுத்த வழி என்ன?

உங்க girl friend மற்ற boys ட்ட பேசறதைப் பார்த்து நீங்க புகை விடாம இருக்கிற வரைக்கும் அது உண்மையான நட்பு.

Doll boy

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

☎ 579124

Mia Mini
Beauty Clinic

For Facials
Bridal Make-up
Hair-cut & Styles
Herbal Cosmetic items

1/65, Indra Colony,
Vannarapettai,
Tirunelveli - 627 003.

Prop. **Mrs. SANKARI**

ஜெயகாந்தா ரைஸ் & மாவுமில்

122, திருவனந்தபுரம் ரோடு, (வாய்க்கால் பாலம் பஸ் ஸ்டாப் அருகில்)
பாளையங்கோட்டை – 627 002. ☎ 574258

அனைத்து வகை சித்தா மருந்துகளும் சுத்தமாக அரைத்துக் கொடுக்கப்படும்

With Best Compliments from

RAMYA POLYCLINIC

THENGAMPUTHOOR P.O.
KANYAKUMARI DIST. - 629 603
Ph. 04652-87108

Dr. R. Mohandhas, M.D.,
Dr. S. Jesia Nalin, B.S.M.S.,
Dr. T. Lekhsmanan, D.C.H.,
Dr. Sornam, D.G.O.

? நமது கல்லூரியில் பெண்களின் எண்ணிக்கை பெருகுவது பற்றி

கலைக்கல்லூரி காளைகள் கவலைப்பட வேண்டாம். வாய்க்கும் மனைவி மருத்துவராக அமைய வாய்ப்பு உள்ளது.

- சங்கர்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

ALCOHOL

Dr. P.A. MOHAMED IQBAL, M.D. (S) Professor,
Govt. Siddha Medical College, Palayamkottai - 627 002.

Alcohol :

Alcohol is obtained by distillation of fermented molasses. It is referred as ethyl alcohol ($C_2 H_5OH$). It is sold in different forms such as absolute alcohol (99.95%) V/V), rectified spirit (90% V/V), industrial or denatured spirit, (a mixture of 95% V/V alcohol and 5% wood naphtha). It is a transparent, colourless, volatile liquid having spirituous odour with a burning taste. It consists of organic acids and esters in small percentage. Alcoholic beverages are a mixture of alcohol, water, colouring matter and flavouring agents. Different alcoholic beverages have got varying strength. A little brandy has a carminative action, but the same beverage in higher doses has a reverse action and it becomes an inebriant posion (CNS - depressant). It affects cerebellum and disturbs the physical and mental health (depress the higher centres). The behaviour pattern depends upon the amoung of alcohol intake and is concentration in the blood. When the blood level exceeds 100 mg % notable effects are aggravated commonly called as drunkenness. At this level the person is a danger to family, society and creates law and order problems. The beverages like beer, whine are obtained by simple fermentation of grape juice. The beverages like brandy, whisky, rum, gin are obtained by the distillation of fermented wash obtained from palm, cereals, grains malt, sugar-cane, etc.

Arrack :

The term arrack refers to country made liquor usually distilled from fermented wash (rice, fruits, cereal (or) jaggery). It is commonly called as 'Nattu sarayam' and 'Vadi sarayam' in Tamil. Though, it contains approximately 40 to 50% V/V of alcohol as whisky, gin, rum, brandy, it produces a more powerful intoxicating effect because it is usually impure and contains higher concentration of acids, aldehydes and esters. The alcohol content varies greatly from 5% to 40% V/V depending upon the efficiency of distillation. In India adulterants like Chloral hydrate and Datura seeds are deliberately added in order to further enhance "kick". Arrack is a volatile muddy liquid having spirituous odour with burning taste. The behaviour pattern depends upon the amount of intake and its concentration in the blood.

Toddy :

The toddy tappers cut the axis of the inflorescence of the palm tree in the evening. A mud pot coated with small amount of lime is placed below the cut end. The discharge of exudate is collected in the pot and is removed in the morning. The fermented liquid is called toddy. It is a white turbid liquid with sour taste. The alcoholic content is approximately 5% V/V depending upon the mode of fermentation. Sweet toddy is the toddy whose fermentation has been arrested by adding more lime. Toddy is tapped from palm, coconut and date trees.

Petroleum Jelly காயங்களை ஆற்றுகிறது. இதில் உள்ள 'Grattichian' என்ற கெமிக்கல் தோலின் செங்களிலுள்ள கொழுப்போடு கலந்து காயத்தை ஆற்றுகிறது.

Sanfranciso Medical Scientists, California.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Arishtams :

It is prepared by putting some barks of medicinal value, fruits with honey and water in a mud pot and is allowed for fermentation. The fermented liquor is filtered and the maximum limit of alcohol contentis 12 % V/V. It is a brown turbid liquid with aromatic odour and bitter taste.

The blood level of alcohol, depends upon the following factors.

1) Age 2) Sex 3) Body weight 4) General condition 5) Habits 6) The type of beverage and centration of alcohol 7) Amount of consumption.

If a person consumes 50 ml of alcohol (50% V/V) his blood level would be 80 mg% at the end of one hour and consequently at the end of second, third, fourth hours would be 72 mg%, 65 mg% and 58 mg% respectively.

WID MARK evolved a formula to calculate the amount of alcohol intake by estimating the blood level of alcohol.

The Tabulation is given below :

Medical terminology (under the influence) - Blood levels.

Below 10 mg %	:	Sober	:	A pleasant drink
20 - 70 mg%	:	Drinking (Drink)	:	An unpleasant drink
80 - 100 mg%	:	under the influence	:	mental confusion, impairment of memory, staggering gait, emotion, create problems etc.

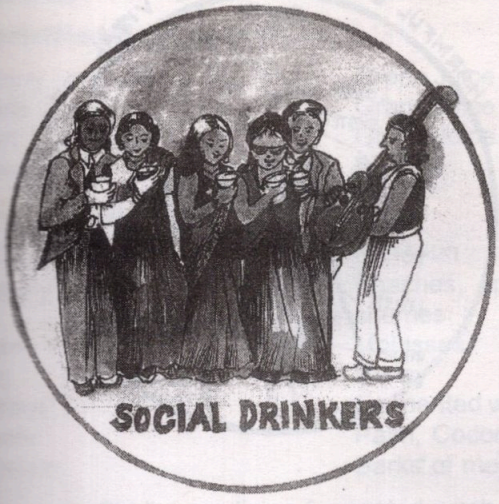
MGS
M. GOPALAN ASAN
SIDDHA & AYURVEDIC MEDICALS
45, Aroma Lodge Building, (Opp. to Municipality) Balamore Road, Nagercoil - 629 001 Phone : 26680
சித்தா & ஆயுர்வேத மருந்துகள் இங்கே கிடைக்கும்
Res : 16, Sahodarar Street, Ramavarmapuram, Nagercoil - 629 001. Phone : 34544
G. SUNDAR GOPALAN B.Pharm., F.A.G.E.,

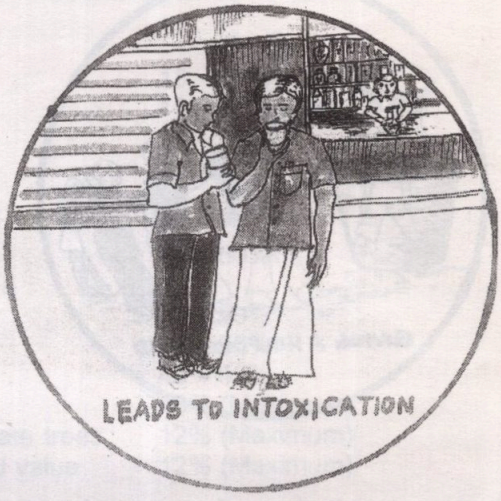
Best Wishes
☎ 573421
Cell : 98430 67541
S. THIRUMARAN, M.Sc., M.Phil., PGDCA., PGDCM.
Taste the Best
DELICIOUS ICE CREAMS
177 - A / 16, PARVATHI SANKAR COMPLEX, TRIVANDRUM ROAD, VANNARPETTAI.

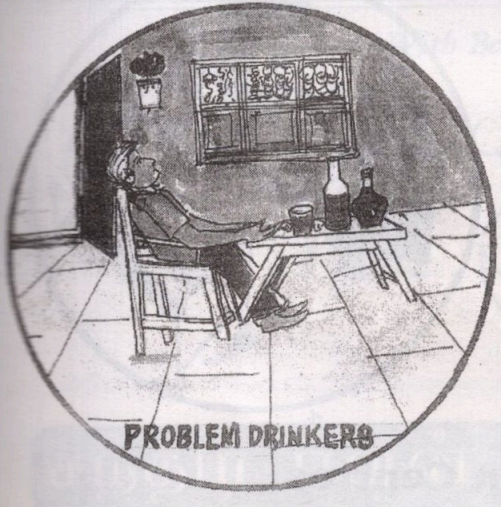
சாக்லேட்டிலிருந்து ஒரு கசப்பு செய்தி : சாக்லேட்டுகளில இனிப்பிற்காகவும், வாயில் போட்டால் இனிமையாய் கொழ கொழப்பாய் கரையவும் 'Ciprox' என்ற இரசாயனத்தை கலக்கிறார்கள். பெரும்பாலும் இரண்டாம் தர 'Ciprox' மட்டுமே சேர்க்கப்படுவதால் பற்களை இது பதம் பார்க்கிறது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

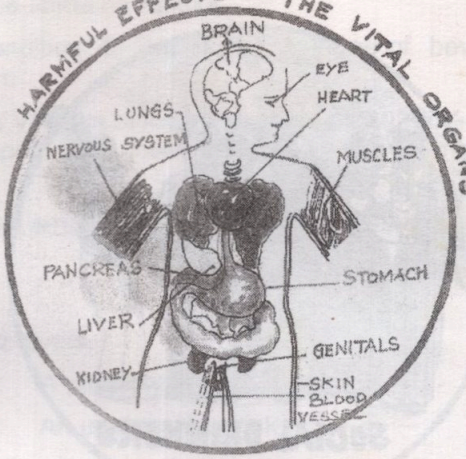
ALCOHOL

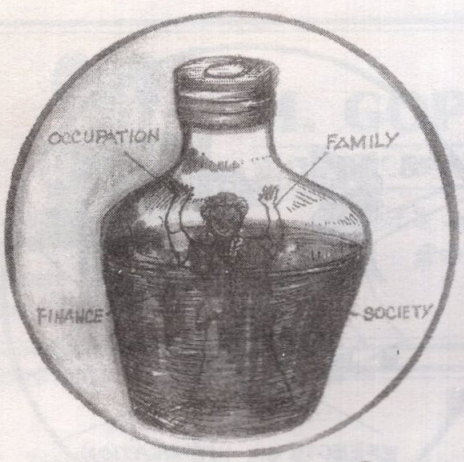


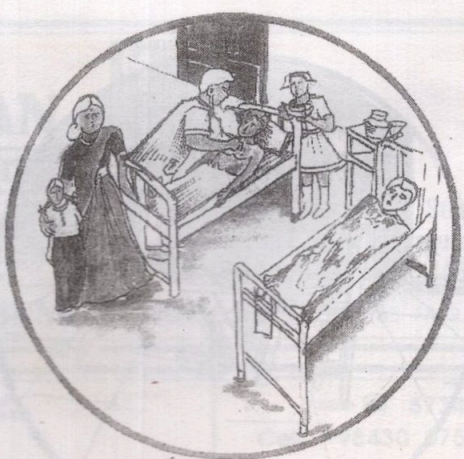




AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE







Rehabilitation Centres

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

120 - 300 mg%	: Drunk	:	Depressions of response, coma, RS & CVS distress, leading to deep coma.
300 - 400 mg%	: Coma & death	:	Deep Coma & Welcome to death.

Beverage	Sources	Alcohol content % volume
Undistilled Beverages		
Sherry	Grape Juice	18 - 24%
Wine	Grape Juice	18 - 20%
Port	Grape Juice	15 - 24%
Beer	Barley	3 - 5 %
Distilled Beverages		
Whisky	Barley	40 - 50%
Brandy	Peaches, Apples & cherries	40 - 50%
Rum	Molasses	45 - 55%
Gin	Barley	40 - 45%
Arrack	Fermented wash	40% (Maximum)
Toddy	Palm, Coconut, date trees	12% (Maximum)
Aristam	Barks of medicinal value	12% (Maximum)

In Siddha medicine fermented wash is mentioned in many places. In the pharmaceutical and therapeutic aspect and as an adjuvent for medicamnets also. In these texts, it is called as "KAADI NEER PULITHANEER" etc.

With Best Compliments

☎ 4802850

சந்திர பவன் சைவ உணவகம்

51, ஆற்காடு ரோடு , கோடம்பாக்கம், சென்னை

இந்தியாவில் 25 கோடி பேர் சைவ உணவு உண்கிறார்கள். மொத்த மக்கள் தொகையில் இது 20% சதவீதமாகும். பெண்களில் 51.23% பேர் சைவ உணவு உண்கிறவர்கள்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

In one of the oldest Siddha text called Augusthiyar Gunavagadam, it is described as follows.

Coconut fermented wash

நாத விந்து ஊறும் நளிர் பாண்டொடு சோபை
வாத பித்தம் கிராணி வன் கரப்பான் – பேதி இவை
பொங்கி அதிகரிக்கும் புத்தி கெடும் மோக முண்டாகும்
தெங்கின் மதுவிற் கென்றே சிறப்பு – (அ.கு) –

Data tree fermented wash

விந்து உதிர முறும் மதி வெப்புடனே தாகம் போம்
பந்தமாம் தாதுவுமோ பாரிக்கும் உந்து பித்தம்
தோன்றும் பாடாணங்கள் சுத்தியுமாம் தோகைமின்னே
என்ற பனை மதுவிற்கே – (அ.கு) –

In many places fermented wash from palm, coconut, date trees has been mentioned.

List books referred.

1) The essential of forensic medicine and toxicology by Dr. K.S.Narayan Reddy, M.D. DGP, FAMS Thirteenth Edition - 1992.
2) Modi's Medical Jurisprudence and toxicology by Dr. C.A. Franklin MD, Twenty First Edition - 1990
3) Gunapadam - Minerals metals by Dr. R. Thiyagarajan Fourth edition -1998
4) Gunapadam - vegetables by Dr. Murugesa Mudaliar Fourth edition - 1998
5) Modern Medical Toxicology by Dr. V.V. Pillai, M.D.,D.C.L., Revised Reprint - 1999

டாக்டர். **P. வேலுசாமி** M.B.B.S.,
Regd. No. 35832

கோதை மருத்துவமனை
காஞ்சிக்கோவில்,
ஈரோடு மாவட்டம் ☎ 35013

மூளையின் செயல்திறனை 11% அளவு பயன்படுத்தியவர்களே பெரிய விஞ்ஞானிகள், அறிஞர்களாகிறார்கள்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

KONICA ARK COLOUR LAB

OPP. PALAY MUNICIPAL OFFICE,
PALAYAMKOTTAI. ☎ 578740

- 1 Hour Dores Printing
- Camera Service, Sales & Rent
- Half-Hour Blak & White Photos
- 2 Hours Colour Photos

☎ 575397

தங்கம் N/V ரெஸ்டாரண்ட்

வ.உ.சி. மைதானம் சமீபம்,
பாளையங்கோட்டை - 627 002.

☎ 330318
Resi : 533518

K.M.S. Surgical and Drugs

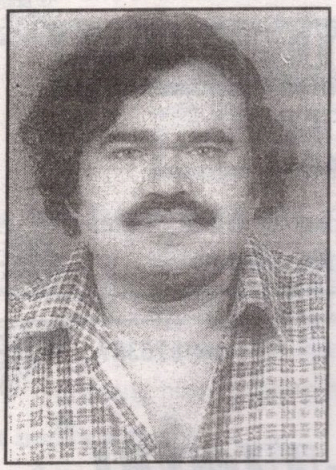
Dealing with Disposable Surgical Things, Hospital Equipments and Lab things, Water Bed, Blood Sugar Strips, I.V. Saline, Generics and Common Drugs Ethicar Catcuts and All Hospital Lab Things available.

59/8, Star Plaza Complex,
PERUMAL SANNATHI STREET,
TIRUNELVELI JN. - 627 001.

Prop. K. MAHARAJAN

காபி கொட்டையில் தீமை தரும் Cafeene தவிர நன்மைதரும் Vitamin B, Niacin, Protein, Carbhohydrate களும் உண்டு.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE



With Best Compliments from

☎ 578065

SRI BALAKRISHNA RICE & FLOUR MILLS

1-A/2, VAYALAR NAINAR STREET,
OPP. THIRISULI MARIAMMAN KOVIL,
TIRUCHENDUR ROAD,
PALAYAMKOTTAI - 627 002.

Prop : K. Balakrishnan, B.A.,

With Best Compliments from

☎ 335577

உயர்தர அசைவ உணவகம்

ஹோட்டல் ப்ரியம்
(அசைவம்) (மாடியில்)

ராஜிரிஷி காம்ப்ளக்ஸ்
சென்ரல் தியேட்டர் சமீபம்,
ஸ்டேட் பேங்க் எதிர்புறம்,
S.N. ஹைரோடு, திருநெல்வேலி – 3

மட்டன், கோழி ஹலால் செய்யப்பட்டது

ICE CREAM PARLOUR

With Best Compliments from

SANTHOSH
WINES
8/5 GANDHI MARKET
PALAYAMKOTTAI
TIRUNELVELI - 2.

நோய் தீர்க்கும் ராகங்கள் : நீலாம்பரி – தூக்கத்தை வரவழைக்கும். இந்துஸ்தானி இசையில் உள்ள 'சரவார்' மற்றும் கர்நாடக இசையில் உள்ள 'ஆரபி' இரண்டையும் குழைத்து பெற்ற ராகம் ஒற்றை தலைவலியை போக்கும். - Neurology specialists Tatamulti Speciality Hospital, New Delhi

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

தாதுக்களின் வரிசையில் மாற்றுப் பொருட்கள் – ஓர் ஆய்வு

மரு. ஐ. சொர்ண மாரியம்மாள், எம்.டி. (சி)
பேராசிரியர், பட்ட மேற்படிப்பு,
நோய் நாடல் துறை,

சித்த மருத்துவத்தின் ரசாயன பொருட்கள் யாவும் தாதுக்கள் என குறிப்பிடப்பட்டு 4 தலைப்புகளில் அதாவது உலோகம், உபரசம், காரசாரம், பாடாணம் என பிரிக்கப்பட்டு பேசப்பட்டுள்ளது.

இவ்வேதியல் பொருட்களைக் கொண்டு கூறப்பட்டுள்ள வேதியல் முறைகள் யாவும் சித்த மருத்துவத் துறைக்கு மட்டுமே உரியது. இவ்வேதியல் பொருட்களை மலைகளிலும், மண்ணிலும் நீரிலும் பலவித உயிர் பொருட்களிலும் இருந்து பெறப்படுவதோடு இவற்றை ஆதாரமாகக் கொண்டு பல செடற்கை வேதியல் பொருட்களும் செய்கின்ற முறைகளும் நூற்களில் கூறப்பட்டுள்ளன.

ஆயிரக்கணக்கான ஆண்டுகட்கு முன்பாக கூறப்பட்டவற்றுள் ஒரு சில தாதுக்கள் இன்றளவும் உண்மை வேதியல் பொருட்களாக பயன்படுத்தப்பட்டு வருகின்றன. உதாரணமாக காவிக்கல், சுண்ணாம்பு, பூநீறு, சிலாசத்து, மனோசிலை, தாளகம், அஞ்சனக்கல், நிமிளை, அப்பிரகம் கல்நார் போன்றவை.

இவையன்றி பல தாதுக்களின் பெயரில் வேறு சில வேதியல் பொருட்கள் பயன்படுத்தப்பட்டு வந்து கொண்டிருக் கிறது என்பதும் உண்மை.

உதாரணமாக துருசு, அன்னபேதி, பால் துத்தம், பெருங்காயம், கற்பூரம், இந்துப்பு போன்றவை.

தற்போது மருத்துவத்தில் பயன்படுத்து கின்ற இவையாவும் நூற்களில் சொல்லியுள்ள வாறு குணம் உடையதா இல்லையா என்பதை ஆய்வு செய்ய வேண்டியது மிக அவிசயம்.

அன்னபேதி என்பது சித்த மருத்துவ நூற்களில் இயற்கையில் மலை முகடுகளில் கிடைப்பதாக கூறப்பட்டுள்ளது. இதன் பிறப்பைப் பற்றி வேதையான அன்ன மென்ற பேதிதானும்..... மலையினுட ருதுவு பொங்கல்

மாசற்ற கிரணத்தால் பொங்கி நீறும்
பாதையான மலைசவுடு என்று பேரு
பாங்கான மூன்று வித வண்ணமாகும்
காதையான காசீசமென்று பேரு''

என போகர் நூல் கூறும்.

மலை முகடுகளில் உள்ள பிளவுக ளின்றும் உள்ளிருக்கின்ற ரசாயனங்கள் வெந்து உருகி வெளிக்கிளம்பி வடிந்து சூரிய கிரணத்தால் உலர்ந்து பொருக்கு போல் உறைந்து காணப்படும்.

ஆனால் தற்போது மருத்துவத்தில் பயன்படுத்தப்படுகின்ற அன்னபேதி என்பது நவீன ரசாயன முறைப்படி தயாரிக்கப்பட்ட Ferrous Sulphate என்ற வேதியல் பொருளாகும். இதன் பிறப்பைப் பற்றிப் பார்த்தால் கிட்டத்தட்ட 200 ஆண்டுகட்கு முன்பாக உருவாக்கப்பட்ட வேதியல் பொருள். எந்த அடிப்படையின் கீழ் அன்னபேதி என்ற பெயரில் எக்காலத்தில் சித்த மருத்துவத்

மேற்கத்திய இசையை சார்ந்த 'துரஷ்முர்' மனநலமில்லாதவர்களை சாந்தப்படுத்தி உள்ளத்தில் நீண்ட நேர அமைதியை ஏற்படுத்தும். - Mental Hospital, St. Peter's burg, U.S.A.,

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

துறையுள் நுழைக்கப் பட்டது என்பது ஆய்வு செய்வது மிக அவசியமாகின்றது.

இங்ஙனமே ''இந்துப்பு'' என்பதும் சித்த மருத்துவ நூற்களில் ஓர் வைப்புச் சரக்காக கூறப்பட்டுள்ளது. கடல்நீரைக் காய்ச்சி உப்பெடுத்து அதை ஓர் கடத்திலிட்டு உருக்கி அத்துடன் 1/30 பங்கு சீனம், 1/30 பங்கு வெடியுப்பு பொடித்துச் சேர்த்து குழம்பு பக்குவத்தில் இறக்கி ஆற விட்டெடுப்பதே ''இந்துப்பு'' என்பதாம்.

ஆனால் இந்துப்பு என கிடைக்கின்ற உப்பு மேற்படி முறையில் செய்யப்படுவது கிடையாது.

மேலும் கற்பூரம் என்பது கற்பூர வாழையினின்று இயற்கையாக பெறப் படுவதாக கூறப்பட்டாலும் அதன் வைப்பு முறையும் பல வகையாக கூறப்பட்டுள்ளது.

வாழைக் கிழங்கை குடைந்து அதில் ஊறி வருகின்ற நீர் 10 படி செம்பு பாண்டத்தலிட்டு வெடியுப்பு 4 பலம் பொடி செய்து சேர்த்து அடுப்பேற்றி எரித்து குழம்பு பக்குவத்தில் கருவாப் பட்டையை பொடித்து குழித்தைலம் வாங்கி அத்தைலத்தை 1 படி சேர்த்து கிண்டி புட்டு பதத்தில் இறக்கி ஆறவிட்டெடுக்க சூடன் என்பதாம்.

இது பல வகையான வேதியல் முறைகளிலும், மருந்து முறைகளிலும் சேரும். ஆனால் தற்காலத்தில் நடைமுறையில் உள்ளதில் பெரும்பாலான சதவிகிதத்தில் மெழுகு மற்றும் வேறு ரசாயன பொருள் கலந்து செய்யப்படுகின்றது. இவ்வகை கற்பூரத்தால் பலவகை நோய்களும், எரிப்பதால் காற்று மாசுப்படுவதாய் அறிந்து தற்போது தடை செய்திருப்பது யாவரும் அறிந்ததே !

இவ்வாறு மருத்துவ நூற்களில் கூறியுள்ள வேதியல் பொருட்களைக் கொண்டு செய்யப் படுகின்ற மருந்துகளில் மட்டுமே நூற்களில் கூறியுள்ளவாறு உண்மையான பலன் கிடைக்கும் என்பதால் இது குறித்து ஆய்வு செய்து ஒவ்வொரு சித்த மருத்துவரின் கடமை.

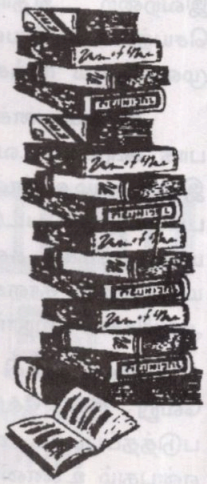
With best compliments from

EAGLE BOOK CENTRE

39, Raja Building,
Tirunelveli Junction ☎ 338424

168, Trivandrum Road,
Palayamkottai ☎ 578899

10% DISCOUNT ON B.E., M.B.B.S., COMPUTER SCIENCE BOOKS



பாலைவிட 6 மடங்கு அதிகச்சத்துள்ள பொருள் என்ன தெரியுமா?
தேன். இதிலிருந்து 3200 கலோரி சக்தியைப் பெறலாம்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Prop :
B.S.A. தாஸன்
& Sons
NT
☎ Off : 572346
577490
574934
Res : 572129

தெல்சன் டூரிஸ்ட்ஸ்
(டூரிஸ்ட் பஸ் ஆபரேட்டர்ஸ்)
11/6, திருவனந்தபுரம் ரோடு,
பாளையங்கோட்டை.

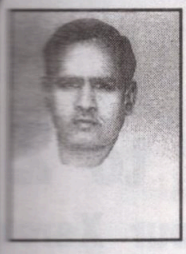
எங்களிடம் பள்ளி சுற்றுலா, குடும்ப சுற்றுலா மகாநாடு மற்றும் கல்யாணம் அனைத்துக்கும் குறித்த நேரத்தில் ஆடியோ, வீடியோ கோச் வாடகைக்கு கிடைக்கும்.
24 மணி நேர சேவை உண்டு.

ஆ.சீரியன்

வரைமுறைப்படுத்தி விடலாம்
வையகத்திலுள்ள அனைவரையும்
ஓவியம் தீட்டுபவன் ஓவியன்
காவியம் படைப்பவன் கவிஞன்
கலைகள் கற்றவன் கலைஞன்
படைத்த பிரம்மனே
பிரமித்துப் போவான்
பாகுபாடுபடுத்த முடியாமல்
ஆசான் என்ற ஒற்றைச் சொல்லில்
ஆயிரம் அர்த்தங்கள்
பொதிந்துள்ளதால்...

J. திலகவதி, Final B.S.M.S.

ஐஸ்...



சோமசுந்தரி & கோ
(நாட்டு மருந்து கடை)

பரம்பரை வைத்தியர் :
V. ராமகிருஷ்ணன்

261/4, திருச்செந்தூர் ரோடு, முருகன்குறிச்சி,
பாளையங்கோட்டை - 627 002.

சித்த வைத்தியத்திற்கு தேவையான மருந்து பொருட்கள் கிடைக்கும்.
சகல வியாதிகளுக்கும் சித்தவைத்திய முறையில் மருந்துகள் கொடுத்து
பூரண குணப்படுத்தப்படும்.

காலை 10.30 முதல் 5 மணி
கீழபஜார், ஆழ்வார்திருநகரி.

மாலை 6.30 முதல் 9.30
திருச்செந்தூர் ரோடு, பாளை.

PANPARAG சில உண்மைகள் : இதில் சேருபவை Arcolin என்ற Chemical, Minute glass pieces, Tobacco. இதை வாயில் போட்டு மென்றவுடன் Nitrosymen ஆக மாறி தாடை, குடல் புற்றுகளை உண்டாக்குகிறது. உணர்ச்சிக்கு காரணமான நரம்பு செல்லை சேதப்படுத்தி ஆண்மைக்குறைவையும் உண்டாக்கும்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

அழகு எதுவரை...

★ கடலுக்கு அழகு
அலைகள் இருக்கும் வரை ...

★ காற்றுக்கு அழகு
புயலாய் மாறாத வரை ...

★ கற்பூரத்திற்கு அழகு
கடவுளுக்காக எரியம் வரை ...

★ கவிதைக்கு அழகு
கற்பனைகள் இருக்கும் வரை ...

★ மனிதனுக்கு அழகு
மனித நேயத்திற்கு
மதிப்பு கொடுக்கும் வரை ...

K.R. நாடிமுத்து, IV B.S.M.S.

கவிதைக்கு அழகு
கதைவிடாத வரை!

With Best Compliments from

LAKSHMI HOSPITALS

Madurai Road,
Tirunelveli.

Prop. *P. Selvaraj* B.B.A.,

Viraj
Real Estate

DEALING HOUSE PLOTS

21B, Bismi Building,
Perumal West Car Street,
Tirunelveli - 627 001.
☎ Off (0462) 330284

75, Kamaraj Nagar, Dharavi
Mumbai - 17.

M. V. Earnest Fernando B.B.A.,

A to Z
Colour Xerox
&
Colour DTP

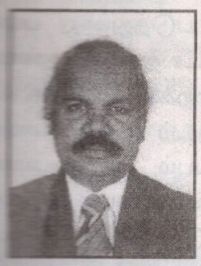
52C/26, Raja Buildings,
Tirunelveli Jn. - 627 001.
Email : atoz@md4.vsnl.net.in
Ph. (0) 0462-333869, 334967
Res : 322742

இதய நோயாளிகள், இரத்தக்குழாய் அடைப்பினால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் மீன் உணவு அதிகம் உண்ண வேண்டும். இதில் Protein, Fe, Vit. B அதிகம். கடல் மீன்களில் Ansatsuraetat என்ற அமினா அசிட் அதிகமுள்ளது. இது இரத்தம் கட்டியாகும் தன்மையைக் குறைக்கிறது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

மந்தாரகாச நிவாரணி

கனகலிங்க கர்ப்பூர மெழுகு



மரு. *அ. மரிய ஜோசப்,*
இணைப் பேராசிரியர்,
அறுவை மருத்துவத்துறை,
அரசினர் சித்த மருத்துவக் கல்லூரி,
பாளையங்கோட்டை.

இரைப்பும் இருமலோடும் கூடிய கஷ்ட மூச்சு காசமென அழைக்கப்படுகிறது.

இது கோழை, அல்லது ஈளை காசம் வரட்டுக் காசம் என இரு வகைப்படுமு.

பிராணவாயு கோளாறடைந்து, வாத, பித்த, கபத்தல் கலப்பதால் கோபம் அல்லது அச்சம், மலச்சிக்கல், மிகு ஊட்டம், வாயு, குன்மம், சூலைப்பிடிப்பு, நெஞ்சின் தளர்ச்சி முதலிய குற்றங்களை உண்டாக்கும் தன்மையுடையது இந்நோய்.

தொண்டையிலுண்டாகும் கரகரப்பினாலும், நரம்பிற்குள் காணும் அதிர்ச்சியினாலும் இந்நோய் ஏற்படலாம்.

சுவாச காசத்தினால் வருந்துபவரும் பிறகு காசநோயினால் பீடிக்கப்படலாம். கீழ்க்கண்டவாறு இந்நோயைப் பற்றி விளக்குகிறது. T.V. சாம்பசிவம் பிள்ளை மருத்துவக் கலைக் களஞ்சியம்.

அதிக பெண் போகத்தினால் உடம்பில் வெப்பம் மிகுந்து, அதனால் சுவாசக் குழலின் கிளைகளுக்குள் ஒட்டிக் கொண்டிருக்கும் சிலேட்டுமச் சவ்வுக்குள் காணும் தாபித்தினாலேயே ஏற்படுகிறது இந்நோய்.

இதனால் விடும் மூச்சுக் கோளாறடைந்து இருமல், கோழை இவைகளையுண்டாக்கும். இது முதன் முதல் கண்டத்தினுப்புறத்தில் கரகரப்பையையும், கீழ் முகமாகவுலாகவும் வாயு மேல் நோக்கி மார்பிற் தங்கியிரா நின்ற உதானனுடன் சேருவதால் கண்டத்தல் மணியோசைப் போன்று இருமலையுண்டாக்கும்.

இந்நோய் இருபது வகைப்படும்.

யுகி வைத்திய சிந்தாமணி – 800 எனும் நூலின் அடிப்படையில் பார்க்கும் போது இந்நோய் பன்னிரண்டு வகையாக வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளதனைக் காணலாம்.

"தானான காசமது பன்னிரண்டாகும்

தாக்கான மந்தாரகாசத்தோடு ....." எனும் வரிகளால் இதனைப் புரிந்து கொள்ளலாம்.

மந்தாரத்தினால் வரும் நோயாதலால் இதனை மந்தார காசமென வழங்கலாயினர்.

வெந்தயம் – ஒரு குறிப்பு. இது சர்க்கரை நோயை கட்டுபடுத்தும் ஆற்றல் கொண்டது. 'டிரைகோனலின்' எனும் கெயிக்கல் அதிகம் உள்ளதே இதற்கு காரணம். இதில் உள்ள நார்ச்சதின் அளவு – 50% – 60% வரை உள்ளது. இதனால் கட்டுபடுத்தப்படும் பிறநோய்கள் BP, Obesity, Cholesterol.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

மழை, மப்பு சூழ்ந்து நிலம் குளிரடைந்த நிலையில் மக்களின் உடலிலும், ஐயம், மிகுதிப்பட்டு மூக்கு, தொண்டை முதலியன சிவந்து, மூக்கில் நீர் பாய்ந்து, மார்பு தொத்து இருமலைப் பிறப்பிக்கும் நோய் மந்தாரகாசம் என அழைக்கப்படும்.

மருத்துவம் :-

நோய்க்கு முதல் காரணமாகவுள்ள கபத்தைத் தன்னிலைப்படுத்த வேண்டும். தன்னளவில் மிகுதிப்பட்டெழுத்த மேல் நோக்குக் காலையும் தன்னிலைப் படுத்த வேண்டும். இந்நோயிலெழுத்த கோழையை வெளிப்படுத்து மாறும் மருத்துவம் அமைய வேண்டும்.

அவ்வாறு பார்க்குமிடத்து கனகலிங்க கர்ப்பூர மெழுகு என்ற மருந்து தன்னகத்தே திப்பிலி, சிற்றரத்தை, திப்பிலி மூலம் அக்கராகாரம் மற்றும் அரிதாரம், துருசு, இரசம் போன்ற மருந்துக்களைக் கொண்டிருப்பதால் கபக் குற்றம் தன்னிலைப்படுத்தப்படுகிறது.

மேல்நோக்குக் காலை சீர் செய்யுமுகமாக பூரம், இத்துப்பு, சுக்கு, ஓமம் போன்ற மருந்துப் பொருட்களன்றி அனுபானமாகப் பயன்படும் இஞ்சிச் சாறு போன்றதும் பயன்படும்.

கோழையை வெளிப்படுத்துமாறு பயன் படுபவையாக நரம்பு மண்டலத்தைத் தூண்டி கோழை உற்பத்தியைக் குறைக்க ஜாதிலிங்கம், கந்தகம், ஜாதிக்காய், கோஷ்டம் முதலியனவும்; ஒவ்வாமை நிலையாகிய மப்பும், மந்தாரமுமான சூழ்நிலை எதிர்கொள்ளும் தன்மையைத் தரவல்ல மிளகு, கார்போகரிசி, காட்டுச் சீரகம், சிவப்பு சித்திர மூலம் போன்றவைகளும் பயன் படுவதோடு இரசம், துருசு, அரிதாரம், திப்பிலி, சிற்றிரத்தை, அக்கராகாரம் போன்றவை சிறந்த கோழை அகற்றியாகவும் பயன்படுகிறது.

கனகம் என்பது பொன்னைக் குறிக்கும். எவ்வாறு தங்கமானது உடலின் ஏழு உடற்தாதுக்களையும் வன்மையடையச் செய்யு மோ அது போல் இம்மருந்தும் உடலுக்கு மிக்க வன்மையைத் தருகின்ற ஒரு அருமருந்தாகும்.

சிறப்பான சித்த மருத்துவ சிகிச்சை
பெற சிறந்த இடம்

ப்ரியா நர்சிங் ஹோம்

8-D, ராமராயர் தெரு, தென்னூர்,
திருச்சி - 620 017.

ஆலோசனை நேரம் :
காலை 9 முதல் 11 வரை
மாலை 5 முதல் 8 வரை

பிரபல சித்த மருத்துவ நிபுணர் :
Dr. R. கண்ணன் B.I.M. அவர்கள்
ஆலோசனை வழங்குவார்

☎ 333794

Best Non-Veg Caterers

HOTEL NIYAZ

19, Madurai Road,
TIRUNELVELI - 627 001.

தினமும் 450 கிராம் பால் நல்ல உடல் நலத்துடன் வாழ அவசியம். கர்ப்பிணிகளுக்கு இது அதிகம் தேவை. இதில் உள்ள Amino Acids திசுக்களை புதுபிக்க பெரிதும் உதவுகின்றன.

- சர்வதேச உலக ஆராய்ச்சி கழகம்

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

தங்கமானது முக்குற்றத்திலொன்றாகிய அழிவு சக்தியாகத் திகழும் தன்னிலை வளர்ச்சி பெற்ற கபக் குற்றத்தைத் தன்னிலையடைச் செய்வது போன்று இம்மருந்தின் செயலாக்கமும் திகழ்கிறது.

தங்கமானது மஞ்சள் நிறமாகக் காட்சி தருவதைப் போன்று இம்மருந்தும் மஞ்சள் நிறமாக காட்சி அளிக்கும்.

கனக லிங்ககர்ப்பூர மெழுகில் தங்கம் சேர்த்து செய்யும் முறைகளுமுள்ளதால் இப்பெயர் பெற்றதாகக் கூறுவாருமுளர்.

இனி மருந்து தயாரிப்பு முறையைப் பார்ப்போம்.

இம்மருந்து இருபது கூட்டுப் பொருட்கள் சேர்த்துச் செய்யப்படுகிறது. ஒவ்வொரு மருந்துப் பொருட்களும் தரமானதாகப் பெறப்பட்டு முறையாக சுத்தி செய்த பின்னரேச் சேர்க்கப்படல் அவசியம்.

செய்முறை விளக்கம் :-

சாதிலிங்கம்	-	(Cinnabar) 10 gram
வீரம்	-	(Hydrdrgyrum) 10 gram
பூரம்	-	(Mercurous Perchloride scilchloride) 10 gram (CALOMEL)
இரசம்	-	(Mercury) 5 gram
கந்தகம்	-	(Sulpher) 5 gram
துருசு	-	(Copper Sulphate) 5 gram
இந்துப்பு	-	(Rock Salt) 5 gram
அரிதாரம்	-	(Arsenic Trisulphide) 5 gram
ஜாதிக்காய்	-	(Myristica fragrans) 5 gram

Prop. MR. K. OHUK CHAND

SRI RAJASTHAN HOTEL

Specialist in : North Indian Dishes

No. 48-A, (Upstairs) T.M. Building, Tirunelveli Junction - 627 001. ☎ 337138 P.P.

☎ 331710 & 322791

VIGRA SURGICALS

4-H, Balaji Mansion, Madurai Road, (Opp. Bus Stand)
TIRUNELVELI - 627 001.

Authorised Stockist : J. Mitra & Co Ltd. Span Diagnostics Ltd., Nagan Biochemicals
HEARING AID AVAILABLE

B.O. 51-B, Perumal North Car Street, Tirunelveli - 627 001. Ph. 337495

கொட்டாவி நுரையீரலிருந்து தான் புறப்படுகிறது. ஆழ்ந்த முறையில் சுவாசம் நுரையீரலுக்கு சென்று வர இயற்கையின் ஏற்பாடுதான் கொட்டாவி.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

கார்போகரிசி	–	(Psoralea carylifola. Linn) 5 gram
சுக்கு	–	(Zingiber officinale, Rose) 5 gram
மிளகு	–	(Piper nigrum. L) 5 gram
திப்பிலி	–	(Piper longum, Linn) 5 gram
கோஷ்டம்	–	(Saussurea lappa, C.B. Clarke) 5 gram
சிற்றரத்தை	–	(Alpinia galanga, S.W) 5 gram
திப்பிலி மூலம்	–	(Piper Longum, Linn) 5 gram
சிவப்பு சித்திரமூலம்	–	(Plumbago indica.Linn) 5 gram
அக்கராகாரம்	–	(Anacyclus pyrethrum, DC) 5 gram
காட்டுச் சீரகம்	–	(Vernonia Anthelmintica, wikd) 5 gram
ஓமம்	–	(Carum copticum, Benth, Hook) 5 gram

வகைக்கு 5 கிராம் வீதம் எடுத்துக் கொள்ளவும்.

சுத்தி செய்ய வேண்டிய பாடாணச் சரக்குகளை முறைப்படி சுத்தி செய்திடவும்.

பாதரசம், கந்தகம் இரண்டையும் கல்வத்திலிட்டு மெதுவாக நன்கு அரைக்கவும், சுமார் மூன்று மணி நேரம் அரைத்துப் பெறப்பட்ட கருப்பு நிறப் பொடியைப் பத்திரப்படுத்தவும்.

துரிசைப் பொடித்து மண் அகலிலிட்டு வெண்மை நிறமடையு மட்டும் வறுத்துக் கல்வத்திலிட்டு நன்றாக அரைத்து நுண்ணிய பொடியாகச் செய்து கொள்ளவும்.

அரிதாரம் தரமிக்க மடலரிதாரமாகப் பெறப்பட்டு ஒன்றிரண்டாக பொடித்துச் சீலையில் கிழியாகக் கட்டி கற்சுண்ணாம்பிற்குள் வைத்து நீரூற்றி அடுப்பேற்றி நன்கு எரித்து எடுத்துக் கொள்ளவும். நன்கு கழுவி உலர்த்திய பின் கல்வத்திலிட்டு மிக நுண்ணிய தூளாக அரைத்து பத்திரப்படுத்தவும்,

With Best Compliments from

HOTEL SEMMEEN AND LODGING A/c.

Non-Veg.

CHETTINADU

Indoor and Outdoor Caterings on Available

★ ROOF TOP ★ ARUN ICE CREAMS ★ JUICE PARK

Hotel Guru Abiramy Complex, Tirunelveli Jn. ☎ 330943, 335126
Branch : 125-A, West Car Street, Tirunelveli Town. ☎ 335127

We Undertake buffet family, get together orders and Ourdoor party orders

பெண்களுக்கு வரும் வரை மாரடைப்பு வருவது அரிது. ஈஸ்ட்ரோஜன் பெண்களிடத்தே அதிகம் சுரப்பதே இதற்கு காரணம். மாரடைப்பு, ரத்தக்குழாய் அடைப்பு போன்றவற்றை தடுக்கும் ஆற்றல் உடையது ஈஸ்ட்ரோஜன்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

சுத்தித்த வீரம், பூரம், ஜாதி லிங்கம் போன்ற வற்றையும் தனித்தனியாக பொடித்து நுண்ணிய தூளாக்கிக் கொள்ளவும்.

சூரணச் சரக்குகளாகிய மூலிகைச் சரக்குகளை நன்கு தூய்மை செய்து தனித் தனியாக கழுவி உலர்த்தி, தனித்தனியாகப் பொடித்து சீலை வடிகட்டி நுண்ணிய தூளாகப் பெற்றுக் கொள்ளவும்.

நன்கு தூய்மை செய்யப்பட்ட மிக நுண்ணிய தூளாகச் செய்யப்பட்ட பொருட்கள் ஒவ்வொன்றும் அளவுப்படி சரியாக இருக்கிறதா எனச் சரிபார்த்துக் கொள்ளவும்.

இரசம், கந்தகம், சேர்த்து பெறப்பட்ட கருப்புத்தூளை (கஜ்ஜலி) முதலில் நன்கு சுத்தம் செய்யப்பட்ட நன்னிக் கல்வத்திலிட்டு (கருப்புக் கல்லிலான குழி அம்மி) அத்துடன் வீரத்தூளைக் கலந்து 24 நிமிடமரைத்து அத்துடன் பூரத்தைச் சேர்த்தரைக்கவும், இவ்வாறு அரிதாரம், ஜாதி லிங்கம், துருசு, இத்துப்பு பின்னர் மூலிகைச் சரக்குகளை ஒன்றாகக் கலந்து அரைக்கவும். பாடாணப் பொருள்கள் ஒவ்வொன்றிற்கும் 24 நிமிடம் வீதம் அரைப்பு நேரம் எடுத்துக் கொண்ட பின்னரே சூரணச் சரக்குகளைச் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இறுதியில் சுத்தமான தேனைச் சிறிது சிறிதாகக் கலந்து அரைத்து மூன்று மணி நேரமான போது மெழுகு பதமானவுடன் வழித்துப் பீங்கான் சாடிகளில் பத்திரப்படுத்தவும்.

சாடிகளில் மருந்தின் பெயர், செய்யப் பட்ட நாள், ஆயுட்காலமாகிய ஐந்து ஆண்டுகள் கூட்டிப் பெறப்பட்ட காலாவதியாகும் நாள், பயன்படுத்தும் அளவு, பயன்பாடு போன்றவை அடங்கிய ஒரு சீட்டை ஒட்டி விட வேண்டும்.

கல்வத்தில் மருந்தை அரைக்கும் போது சுரண்டியாக, சுத்தமான அகலமான முத்து சிப்பிகளைப் பயன்படுத்த வேண்டும். பிற உலோக துடுப்புகளையோ அல்லது கரண்டி களையோ பயன்படுத்தும் போது மருந்தில் குண மாறுபாடு ஏற்பட ஏதுவாகும்.

☎ 280478, 281093, 251195

KAVIRAJ PHARMACEUTICALS

MANUFACTURERS OF GENUINE SIDDHA & AYURVEDIC MEDICINE

18, D.C. Street, Moolapalayam, Erode - 2.

M. RAJA B.Sc., B.Pharm.

Dr. R. BHUVANESWARI B.S.M.S.

☎ 250390

SHRI RAMANA PHARMA

PHARMACEUTICAL AYURVEDIC DISTRIBUTORS

57, Thillai Nagar, Erode - 638 001.

மனிதன் இறந்தவுடன் முதலில் தன்னுடைய செயலை நிறுத்தும் உறுப்பு மூளை. கேரட் கெடுதல் தரும் LDL கொழுப்பை நன்மை தரும் HDL கொழுப்பாக மாற்றும் தன்மையுடையது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

மருந்தளவு :-

ஒரு குன்றி முதல் ஒரு தேற்றான் கொட்டையளவு வரை தினம் இரு வேளை வழங்கலாம். (130 முதல் 260 மி.கிராம் வரை)

நாளளவு :-

3 ½ முதல் 7 நாட்கள்

அனுபானம் :-

இஞ்சிச் சாறும் தேனும் கலந்த கலவை

மருந்துணவு :-

பழைய சாதம், தயிர், மோர், புளி, கடுகு, நல்லெண்ணெய், வாழைக்காய், துவரம்பருப்பு, பூசணி, கோழிக்கறி, பன்றிக்கறி, அகத்திக்கீரை, பாகற்காய் மற்றும் குளிர்ச்சியான நீரையோ அல்லது உணவு பதார்த்தங்களையோ பயன்படுத்தக் கூடாது.

அவரைப் பிஞ்சு, நெத்திலிக் கருவாடு, முருங்கைப் பிஞ்சு, பாசிப்பயிறு, புழுங்கல் அரிசி சாதம், பால் போன்றவைப் பயனாகும்.

தீரும் நோய்கள் :-

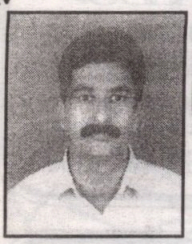
மந்தாரகாசம், வயிற்றுவலி, சூசிகவாத சன்னி, தோஷம், பிரமேகம், காமாலை, சுரநீர்ச் செறுப்புடன் ஆறாக்கிரந்தி, நீர்க்கடுப்புடன் 64 சுரம், சூலை, முடக்கு, உதிரத் திரட்சை, ஓயாத வாயு, செவியில் சுவாசம், நெஞ்சடைப்புடன் மார்பினில் குத்து, குதிரை வலிப்பு முதலியன தீரும்.

என்னுடைய அனுபவத்தில் இம்மருந்து மந்தாரகாசம் மட்டுமின்றி பிரமிச்சாற்றில் அனுபானித்து வழங்க பைத்தியம், கிரியை போன்ற நோயாளர்களில் முதல் நிலை நோயாளர்கள் சிறப்பாகக் குணம் பெற்றுள்ளனர் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

☎ 338399

அன்னபூர்ணா மெடிக்கல்ஸ்

41, பெருமாள் வடக்கு ரத வீதி,
புது அம்மன் கோவில் அருகில், திருநெல்வேலி ஜங்ஷன்.



Prop. S. VIJAYARAJ D.Y.N.J.

எங்களிடம் IMPCOMPS, ARAVINDH HERBAL LABS, GOPALAN ASAN, SOLAIMALAI VAIDYASALAI, SANJEEVI PHARMA, RESEARCH DRUGS மற்றும் இதர சித்தா, ஆயுர்வேதா கம்பெனி மருந்துகளும் இயற்கை மூலிகை பொடிகளும் கிடைக்கும்.

குறிப்பு : சித்தா டாக்டர்களுக்கு விலை சலுகை உண்டு.

திராட்சை ரசத்தில் உள்ள பீனால், பிளேவோனாய்ட் என்னும் நன்மை தரும் கொழுப்பான HDL ஐ அதிகப்படுத்துகிறது. இதனால் மாரடைப்பு தடுக்கப்படுகிறது. மனிதனுக்கு தேவையான 90% ஊட்டசத்துக்களும் திராட்சையில் உள்ளது. - NATIONAL AGRICULTURAL CHEMIST ORGANISATION

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

SUBBURAJ COTTON MILLS (P) LTD.,

(Govt. Recognised Export House)

Srivilliputhur Road, Rajapalayam - 627 117
Tamilnadu, INDIA.
Ph. +91 4563 30996, +91 30096 Fax : +91 4563 30193

SUBBURAJ SPINNING MILLS (P) LTD.,

(Govt. Recognised Export House)

Madurai Road, Sankarnagar, Tirunelveli - 627 357
Tamilnadu, INDIA.
Ph. +91 462 300647, +91 462 300296 Fax : +91 462 300497

SUBBURAJ TEXTILE MILLS (P) LTD.,

(Govt. Recognised Export House)

Madurai Road, Sankarnagar, Tirunelveli - 627 357
Tamilnadu, INDIA.
Ph. +91 462 300647, +91 462 300296 Fax : +91 462 300497
Email : subburaj@md3.vsnl.net.in
Website : WWW Subburaj.com

V. Subburaj
Managing Director.

ஹெல்மேட் - சில உண்மைகள் : சாலையில் விபத்தால் மூளையில் அடிப்பட்டு அறிவு செயல் இழந்து தாவரங்கள் போல் கிடக்கும் இளைஞர்களைப் பார்த்து இதயம் துடித்து ஐம்பது ஆண்டுகளாக கண்ணீர் பெருக்கி கொண்டிருக்கும் எனக்குத்தான் ஹெல்மேட்டின் அவசியம் தெரியும். *Neuro Surgeon Dr. B.Ramamoorthy*

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

☎ 574708

Hotel

New Ruchi

No. 65, Tiruchendur Road,
Near Kalaivani Theatre, Palayamkottai.

☎ 320552

Hotel

New Ruchi

71, South Car Street, Santhi Pillaiyar Corner,
Tirunelveli Town. ☎ 320552

உயர்ந்த தர உணவுகளை குறைந்த விலையில் நிறைந்த
தரத்துடன் வழங்கும் ஒரே ஹோட்டல்

குறிப்பு : எங்களிடம் ஆர்டரின் பேரில் அசைவ உணவுகள் குறித்த
நேரத்தில் தயாரித்து வழங்கப்படும்.

சுத்தபொய்கள் : முடி உதிரும், தலைவலி வரும், பின்னால் வரக்கூடிய வண்டியின் சத்தம் கேட்காது. சரியாக வண்டி ஓட்ட முடியாது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

வேம்பு

டாக்டர். இராமசாமி, M.D.(S)
இணைப் பேராசிரியர்,
குணபாடம் (மூலிகை)
அரசினர் சித்த மருத்துவக்
கல்லூரி, பாளையங்கோட்டை.

வேம்பு தமிழர்களின் பண்பாட்டோடும் பழக்க வழக்கங்களோடும், வாழ்வோடும், வழிபாட்டோடும் பின்னிப் பிணைந்து விட்ட ஒன்றாகும்.

வேம்பு என்றாலே அது சக்தியின் அம்சமாய், மாரியின் அங்கமாய், மாகாளி பராசக்தியின் உருவமாய் மக்களால் மதிக்கப்படுகிறது, புகழப்படுகிறது, போற்றி வணங்கப்படுகிறது.

சங்க இலக்கியங்களிலேயே ''தெய்வம் சார்ந்த பராரை வேம்பு'' என்று வேம்பு சிறப்பிக்கப்படுகிறது.

நண்டின் நீண்ட கண்கள் காம்புடன் கூடிய வேப்பம்பூப் போல் இருந்ததாக அகநானூறு (176) குறிப்பிடுகிறது.

பெண்கள் அணிந்த வளையலின் வாய்கள் வேப்பம்பழம் போல் இருந்தது என்பதனை,

'கிள்ளை வளை வாய் கொண்ட வேம்பின் ஒண்பழம்' என்று குறுந்தொகை குறிப்பிடுகிறது.

இப்படிப்பட்ட வேம்பு மருந்தாகித் தப்பா மரம் என்பதைச் சித்தர்கள் அறிந்தனர். அதன் மருத்துவக் குணங்களைத் தொகுத்தனர். அவர்கள் அன்று சொன்னவை அர்த்தமுள்ளவை என்பதை, இன்றைய விஞ்ஞானிகளும் ஏற்றுக் கொள்கின்றனர். இன்று வரை 30 க்கும் மேற்பட்ட தாவர இராசயனங்கள் வேம்பில் கண்டறியப்பட்டுள்ளன.

இலை, பட்டை, விதையிலுள் தைலம் பலவகையான பாக்டீரியாக்களைக் கட்டுப்படுத்தும் திறனுள்ளது என்று கண்டறியப்பட்டுள்ளது.

ஸ்ட்ரெப்டோமைசினுக்கும் கட்டுப்படாத காசநோய் கிருமிகள் வேப்பெண்ணெய்க்குக் கட்டுப்படுவதாக ஆய்வு அறிக்கைகள் சொல்லுகின்றன.

லக்னோவிலுள்ள கிங்ஜார்ஜ் மருத்துவக் கல்லூரியில் செய்த ஆய்வின் மூலம் வேப்பிலை மோசமான தோல் நோய்களையும் கட்டுப்படுத்தும் மேலும் குடற்புழுக்களையும் அகற்றும் ஆற்றல் உள்ளது என்று நிரூபிக்கப்பட்டுள்ளது.

மேகாலாயிலுள்ள பழங்குடி மக்கள் இதய நோய்க்கும், காச நோய்க்கும் வேப்பம் பழங்களையும், இலைகளையும் பயன்படுத்துகிறார்கள்.

வேப்பெண்ணெய்க்கு விந்துவிலுள்ள உயிர் அணுக்களைச் செயல் இழக்கச் செய்யும் ஆற்றல் உள்ளதாக இந்திய மருத்துவ ஆராய்ச்சிக் கழகம் கண்டறிந்துள்ளது.

வேப்பிலையிலுள்ள 'குயிர்சிடின்' என்னும் சத்து பாக்டீரியாக்களைக் கட்டுப்படுத்தும் தன்மை உள்ளது என்று கண்டறியப்பட்டுள்ளது.

தூக்கத்தில் பல்கடிப்பு – பூச்சித் தொல்லையினால் மட்டுமல்ல கனவுத் தொல்லையினாலும், மனநல பாதிப்பாலும் ஏற்படும்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

சுற்றுச்சூழலைப் பாதுகாத்து நிலைப் படுத்தும் ஆற்றல் வேம்பிற்கு உள்ளது.

காற்றில் கலந்துள்ள தூசியை வடிகட்டும் திறனும், ஆந்த்ரோ சயனின் என்னும் நச்சு வாயுக்களை ஈர்த்துக் கொள்ளும் பண்பும் வேம்பிற்கு இருப்பதாக ஆய்வுகள் நிரூபிக் கின்றன.

வேம்பு வெளியிடும் பிராகிபிடின் என்னும் வேதிப்பொருள் காற்றில் கலந்து மனிதனையும் தாவரங்களையும் தாக்கும் கிருமிகளை இயங்க விடாமல் தடுத்து அழிக்கிறது என்று டாக்டர், சக்சேனா கண்டறிந்துள்ளார்.

வேப்பம் விதைக்கும், எண்ணெய்க்கும், பிண்ணாக்கிற்கும் - 123 க்கும் மேற்பட்டப் பூச்சிகளைக் கட்டுப்படுத்தும் ஆற்றல் உள்ளதாகக் கண்டறியப்பட்டுள்ளது.

எண்ணெயைச் சிதைத்து வடித்துப் பெறும் 'பைரோனிமின்' மூலம் ராக்கெட்டிற்கான உந்துவிசை மாற்று எரிபொருளைப் பெறலாம் என்கின்றனர்.

எலிகளுக்கு வேப்பிலைச் சாற்றைக் கொடுத்து ஆராய்ந்ததில் அது கருத்தரிக்கும் ஆற்றலை 11-வது வாரத்தில் முற்றிலும் இழந்து விட்டதை அறிந்தனர். சாறு கொடுப்பதை நிறுத்தி விட்டால் 6 வாரங்களுக்குள் மீண்டும் கருத்தரிக்கும் ஆற்றல் பெற்று விடுவதையும் கண்டுள்ளனர்.

நிலத்தின் அமிலத் தன்மையை நிலைப் படுத்தும் தன்மையிலும், காற்றின் வேகத்தைக் கட்டுப்படுத்துவதிலும் வேம்பு தன்னிகரற்றது.

வேப்பம் பூவிலிருந்து எடுத்த சத்து மூன்று வகையான நுண்புழுக்களைக் கட்டுப் படுத்துவதாக சித்திக் - ஆலம் என்னும் அறிஞர்கள் கண்டறிந்துள்ளனர்.

வேம்பு மீலியேசி தாவரக் குடுபத்தைச் சேர்ந்தது.

வேறுபெயர்கள் :

அரிட்டம், துத்தை, நிம்பம், பாரிபத்திரம், பிசுமந்தம், வாதாளி.

☎ 331278

St. Chinnappar Aluminium Traders

Stockist in : Aluminimum Sheets, Sections, Coils, Extrusions & Bus body materials

174/F, S.N. High Road, Tirunelveli - 627 001.

R.C. No. 5560812

Shop : 578025
Resi : 577116

மகராசி எவர்சில்வர் மார்ட்

3/7, 3/8, மார்க்கெட் ரோடு, பாளையங்கோட்டை.

ஊதுபத்தி Allergy, Nasalcancer போன்ற நோய்களை உண்டாக்குகிறது. ஊதுபத்தி எரியும் போது 'Benzopyrene', 'Sinapaldehyde' போன்ற Chemicals வெளியாகி மேற்கண்ட நோய்களை உண்டாக்கும்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

மருத்துவப் பண்புகள் :

இலை

1. பரு, பூச்சி, செல் முதலியவைகளால் நேரிடும் துன்பங்களை இவ்விலை ஒழிக்கும்.
2. வேப்பங்கொழுந்தும், எள்ளும் சேர்த்தரைத்துப் பூசிவர ஆறாத நாட்பட்ட புண்கள் ஆறும்.
3. வேப்பிலையைக் கற்ப முறைப்படி சாப்பிட்டு வர எந்த நோயும் அணுகாது. பாம்பு கடித்தாலும் அந்த நஞ்சு அவர்களைப் பாதிக்காது என்பர்.
4. வேப்பிலைச் சாறும், எலுமிச்சம் பழச்சாறும் கலந்து படுக்கப் போகுமுன் சாப்பிட ஆழ்ந்த உறக்கம் உண்டாகும்.

பூ

1. பூவை ஊறல் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க பலக் குறைவைப் போக்கி குன்மநோயைக் கண்டிக்கும்.

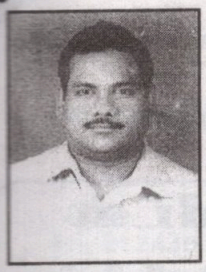
காய்

1. பழத்தின் இரசத்தை எடுத்து மணப்பாகு செய்து, கொடுத்து வர தோலைப் பற்றிய நோய்கள் குணமாகும்.

வித்து

1. தோடு நீக்கிய 3 வேப்பம் விதை, சிறிது வெல்லம் சேர்த்தரைத்து தினம் காலை வெறும் வயிற்றில் 7 நாள் சாப்பிட்டு வர மூலம் தீரும். இப்படியே தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வர தோல் சம்பந்தமான நோய்கள், சூதகசன்னி, நரம்பிசிவு நீங்கும். குடல் கிருமி வெளியேறும்.
2. வேப்பம் வித்தும், கசகசாவும், தேங்காய்ப் பால் விட்டரைத்துப் பூசி வரச் சொறி, சிரங்கு, நமைச்சல், தேமல் மாறும்.

With best compliments from



Phone : 0462 - 335804 (o)
0462 - 60797 (R)
Fax : 0462 - 337678
Pager : 9652 - 260080
Mobile : 9843064542
Email : esai-air @ hotmail.com

ESAI AIR TRAVELS

TIRUNELVELI JUNCTION - 1

WE UNDERTAKE WORK RELATING TO

PASSPORTS, AIR TICKETS (DOMESTIC & INTERNATIONAL)
VISIT /TOURIST VISAS, EMIGRATION SERVICES

ORAL REHYDRATION க்கு மிகச்சிறந்த மருந்து என்று உலக சுகாதார நிறுவனத்தால் பரிந்துரைச் செய்யப்பட்ட உணவு – சோளம்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

நெய்

1. வேப்பம் நெய்யுடன் அவ்வளவு ஆடு தீண்டாப்பாளைச் சாறு கூட்டி, சாறு வற்றும் பக்குவத்தில் இறக்கித் தடவி வர, தோல்கள் வெடித்துக் காணும் புடைகளும், சிறு சிறு கொப்புளங்கள் கண்டு துர்நீர் பாயும் புண்ணும், துட்ட புண்களும் நீங்கும்.
2. ஆறாத இரணங்கள் வேப்பெண்ணெய் இட்டு வருவதால் ஆறும்.

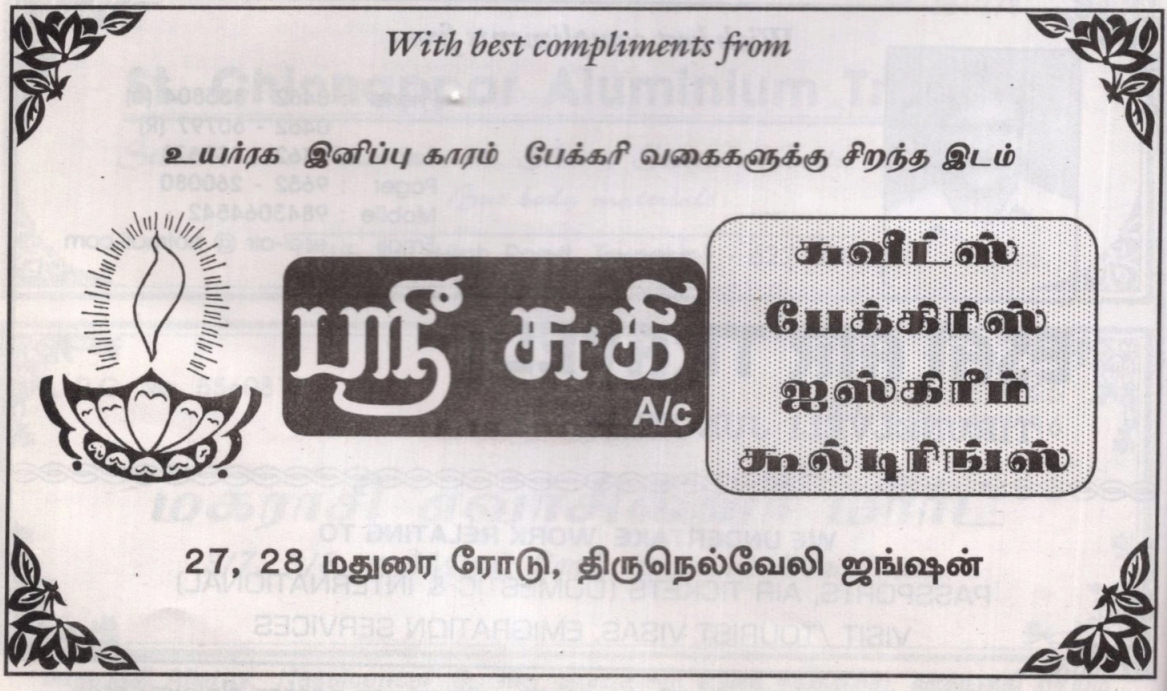
வேப்பம்பட்டை

1. வேப்பம் பட்டை 4 கிராம், திப்பிலி 8 கிராம் சேர்த்துக் காய்ச்சிய குடிநீரை இடுப்பு வாதம், கீல் வாதம் இவற்றிற்கு தரலாம்.
2. வேப்பம் பட்டைக் கஷாயத்தினைக் குடித்த வர குட்டம் தீரும்.

அதிகமான அளவு ஆன்டிபயாடிக் மருந்துகள் பயன்படுத்தினால், மரபியல் குணங்களை நிர்ணயிக்கும் குரோமோசோம்கள் சிதைவுறுவதாக தற்கால ஆராய்ச்சிகளின் மூலம் தெரிய வந்துள்ளது. வேம்போ, குரோமோசோம்களைப் பாதிக்காமல், நோய்க் கிருமிகளை மட்டும் அழிக்கும் ஆற்றல் பெற்றுள்ளதாகக் கண்டறிந்துள்ளனர்.

பிசின்

1. வேம்பின் பிசின் மேக நோயைப் போக்கும்.
2. பூவைத் தலையில் வைத்துக் கொள்ள பேனும், ஈறும் நீங்கும்.
3. 100 வயதான வேப்பமரப்பட்டைய நிழலில் உலர்த்திச் சூரணித்து பாலில் சாப்பிட்டு வர நரம்புத் தளிர்ச்சி நீங்கும். நோய் அணுகாது. இது ஒரு வகையான காயகற்பம்.
4. வேப்பம் பூச்சாறு, நெல்லிக்காய்ச் சாற்றுடன் கலந்து தர எந்த நோயும் அணுகாது. தோல் பளப்பளப்பாகும். இரத்தம் சுத்தமாகும்.



காதல் உணர்வை தூண்டும் சுரப்பி என்ன தெரியுமா? OXYTOCIN இந்த சுரப்பு நினைவு மற்றும் உணர்ச்சியைச் சார்ந்து இருக்கிறது. - MICHEAL ODENT, GYNAECOLOGIST, ENGLAND

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

5. வேப்பமுத்து, மிளகு, கருங்சீரகம் மூன்றையும் அரைத்து எண்ணெயில் கலந்து தலைக்குத் தேய்த்து முழுகி வரப் புழுவெட்டு மாறும். முடி செழித்து வளரும்.
6. வேப்பம் பிசினை 1கிராம் அளவு பாலில் தர மேகம், மேக ஊறல், மேகச் சூடு தணியும்.
7. வேப்பம்பட்டையின் தூள்ை கரிசாலை, மல்லிகைச் சாறுகளில் 7 முறை பாவனை செய்து ஒரு மண்டலம் தேனில் உண்ண உடல் கருங்காலி மரம் போல் வலிமை உடையதாகும். விந்து ஸ்தம்பிக்கும். மரணத்தை நோயை வெல்லலாம்.
8. வேப்பம் பூவை அரைத்து மோரில் கலந்து தர காம உணர்வு கட்டுப்படும்.
9. வேப்பம்பூவை அரைத்து வேப்ப எண்ணெயில் கலந்து காய்ச்சி காதுக்குச் சொட்டு மருந்தாகப் பயன்படுத்தக் காதில் உள்ள பூச்சிகள் வெளிப்படும். காது வலி, காது சீழ் மாறும்.

☎ 572106

கணேஷ் ஸ்டோர்ஸ்

(பாத்திர வியாபாரம்)

வடக்கு பஜார், பாளையங்கோட்டை.

சின்ரோம் கலைவிழா சிறக்க வாழ்த்துக்கள்

ஆயுர்சித்தா மருந்தகம்

கவிராஜ் டாக்டர் V.M. மூர்த்தி, B.A.M.S.,
(ஆயுர்வேத ஆச்சார்யா)

201, பெரியார் வீதி, ஈரோடு.

Ph. 212436, 280563 AIR CELL No. 98427-53456

St. Mary's Stores

2-K, T.M. Buildings,
Madurai Road, Tirunelveli Junction.

Main Dealer : Bata Phoenix, Action, Micro Shoes, Agra Shoes, Anchor Sox and Fancy Chappals.

Ph. 334086

St. Mary's Medical Hall

(Opp. High Ground Hospital)
Palayamkottai.

Ph. 574157

SIDS என்ன தெரியுமா? Sudden Infant Death Syndrome சில ஆண்டுகளாக அமெரிக்காவில் ஆண்டுதோறும் ஆயிரக்கணக்கான குழந்தைகள் இறப்பதற்கு காரணம் என்னவென்று கண்டுபிடிக்க முடியாமலேயே தூக்கத்தில் இறப்பதாகப் புள்ளி விவரங்கள் தெரிவித்தன. இதையே SIDS என்றனர். தீவிர ஆராய்ச்சிக்கு பிறகு காரணத்தை கண்டறிந்தனர்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

எய்ட்ஸ் நோயா? பயம் வேண்டாம்!

எய்ட்ஸ் தீர்க்கமுடியாத ஒரு நோய் அல்ல. சித்த மருத்துவத்தில் குணமாகிறது. எய்ட்ஸ் என்று உறுதி செய்யப்பட்ட மருத்துவச் சான்றுகளுடன் வர வேண்டும்.

நோயின் தன்மையைப் பொருத்து 100 முதல் 200 நாட்கள் வரை மருந்துகள் சாப்பிட வேண்டும். நடமாட்டம் இல்லாதவர்களை அழைத்து வர வேண்டாம்.

கிருமிகள் முழுமையாக அழிக்கப்படும் வரை சிகிச்சை அளிக்கப்படும். மருந்துகள் சாப்பிட்டு முடித்தபின்பு **'P4-**ஆன்டிஜென் டெஸ்ட்' என்ற ரத்தப் பரிசோதனை செய்து பார்க்கவும். நெகட்டிவ் ஆக மாறும். இப்பரிசோதனை முறையே போதும். வெஸ்ட்ரன் பிளாட் பரிசோதனையில் நெகட்டிவ் ஆக வேண்டுமென்று விரும்புபவர்கள் தொடர்ந்து சிலகாலம் மருந்துகள் சாப்பிட வேண்டும்.

மருத்துவத்துறையில் 46 ஆண்டுகள் அனுபவம் பெற்றவர் அரசினர் சித்த மருத்துவக் கல்லூரியில் மருத்துவ அதிகாரியாகப் பணியாற்றியவர் 74வயது நிரம்பியவர். அரிமா இயக்கத்தில் 'எய்ட்ஸ் நோய் பிரிவிற்கு' மதுரை மாவட்டத்திற்கு தலைவராய் இருப்பவர். எகிப்து, இஸ்ரேல், ஜோர்டான் நாடுகளுக்குச் சென்று எய்ட்ஸ் சிகிச்சை முறைகளை விளக்கி வந்தவர்.

அரிமா. டாக்டர் **தேவராஜன்** R.M.P. (IND) C.B.I.M.

'எய்ட்ஸ் நோய் ஒழிப்பு மருத்துவ மையம்'

(மனோன்மணி ஆஸ்பத்திரி) 7-3/125, பெருமாள் கோவில் தெரு,
பேரையூர் - 625 703. மதுரை மாவட்டம். போன் : 04549-25695

பிரதி ஆங்கில மாதம் 10, 25 தேதிகளில் எமது கிளை நிலையத்தில் டாக்டரை சந்தித்து சிகிச்சைப் பெறலாம்.
நேரம் : காலை 11 மணி முதல் மாலை 7 மணி வரை
மற்ற நாட்களில் கிளை நிலையத்தில் ஆலோசனைகளும் மருந்துகளும் கிடைக்கும்.

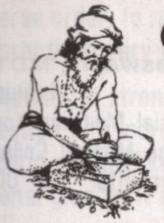
கிளை நிலையம் :
டாக்டர் **D.C. செங்குட்டுவன்** B.Sc.,D.H.M.S.
ப்ரீதா ஹோமியோ கிளினிக், 194, வைகை காலனி,
80, அடி ரோடு, செல்வி ஸ்டுடியோ அருகில்,
அண்ணாநகர், மதுரை-20.
போன் : 0452-521354, 746040

பஸ் ஸ்டாப் : அண்ணாநகர் அம்பிகா தியேட்டர்
நேரம் : காலை 9.30-11.00
மாலை 7.00-9.00
சனி,ஞாயிறு 9.30-11.00
(மற்றநாட்களில் பேரையூர் வரலாம்)

பேரையூர் செல்வதற்கு வழி : மதுரை - சாப்டூர் பஸ் மார்க்கத்தில் பேரையூர் உள்ளது. வடக்கிலிருந்து வருபவர்கள் மதுரை வந்து பழங்காநத்தம் பஸ் ஸ்டாண்டிலிருந்து புறப்படும் 'சாப்டூர்' பஸ்ஸில் ஏறி T. கல்லுப்பட்டி வழியாக பேரையூர் வரலாம். தெற்கிலிருந்து வருபவர்கள் விருதுநகர் பஸ்ஸ்டாண்டிலிருந்து T. கல்லுப்பட்டி வழியாக பேரையூர் வரலாம்.

நல்ல பாம்பு, கட்டுவீரியன் விஷம் இரத்தத்தில் ஏறுவதை
வைட்டமின் இ கட்டுபடுத்துகிறது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE



நோயற்ற வாழ்விற்கு சித்தர்கள் அருளிய சித்த மருத்துவம்

தமிழர் பண்பாடு தொன்மையானது. அதன் பெருமைகளில் முக்கியமானது சித்த மருத்துவம்

நீண்ட நெடுங்காலமாக தமிழக மக்களை ஆரோக்கியமாக வாழ வைத்த பாரம்பரிய வைத்திய முறைகளை நவீன இயந்திரங்களைக் கொண்டு, பாரம்பரிய மருத்துவரின் துணையோடு, சித்தமருத்துவத்தில் பட்டம் பெற்ற மருத்துவர்களின் மேற்பார்வையில், மிகுந்த தரக்கட்டுப்பாட்டுடன் சித்த மருந்துகள் தயாரிக்கப்படுகின்றன. எமது சித்த வைத்திய சாலை கடந்த 12 ஆண்டுகளாக ஈரோட்டில் செயல்பட்டு வருகிறது. சித்த மருத்துவர்களும் நோயாளிகளும் இச்சேவையைப் பெற்று பயனடையக் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

சித்த மருத்துவர்களுக்கு தக்ககழிவு (Discount) உண்டு

மருத்துவ ஆலோசனை இலவசம்

சிகிச்சை அளிக்கப்படும் நோய்கள்

ஆஸ்துமா, குடல்புண், மூலநோய்கள், குழந்தைகளின் நோய்கள், தோல் நோய்கள், முடி கொட்டல், ஆரம்ப நிலை புற்று நோய், மூட்டுவாத நோய், கருத்தரித்தலில் குறைபாடுகள் (ஆண்/பெண் இருபாலருக்கும்) மாத விலக்கு கோளாறுகள், சர்க்கரை நோய், அதிக இரத்த அழுத்தம், காமாலை மற்றும் கல்லீரல் நோய்கள், சைனஸ் நோய், கல்லடைப்பு, சதையடைப்பு நோய்கள் மற்றும் பிற நோய்கள்.

மருத்துவர் குழு : ஈரோடு

Dr. S.R. முத்துசாமி, RIMP
Dr. பாரதி பரமசிவன், BSMS
Dr. சிவக்குமார், BSMS
Dr. R. லதா சந்திரன், BSMS
Dr. K. சரவணகுமார், BSMS
Dr. மீனாட்சி சுந்தரம், MD (SIDDHA)

மருத்துவர் குழு : சென்னை

Dr. S.R. ராஜலெட்சுமி சிவராமன், MD (SIDDHA)
Dr. R. ஜோசப் மரியா அடைக்கலம், BSMS

மேலும் விபரங்களுக்கு அணுகவும் :

SKM சித்த மருத்துவமனை
16, கண்ணையா தெரு, தி.நகர் (வடக்கு)
சென்னை – 600 017.
☎ (044)8240195

SKM உடல் மற்றும் மனநல அறக்கட்டளை
133, சென்னிமலை ரோடு
(இரயில் நிலையம் அருகில்), ஈரோடு – 638 001.
☎ (0424) 268391, 259293 பேக்ஸ் : (0424) 260933

Drug Manufacturing Lic No. 739 / 97 **பிரதி வெள்ளி விடுமுறை.**
வேலை நேரம் : காலை 9.00 1.00 மாலை 3.30 6.30

மூளையின் செயல்திறத்தை DOCOSAHA SONOIC ACID (D.H.A.) என்ற அமிலம் அதிகப்படுத்தும். D.H.A. அதிகம் உள்ள உணவுப்பொருள் – Egg, Fish, liver. மொத்த இரத்தத்தின் 20% மூளைக்கு தேவைப்படுகிறது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

HALASANA

(PLOUGH POSE)

Rtn. Dr. R.S. Ramaswamy, M.D (S),
Lecturer,
Physiology, Special Medicine Yoga,
Govt. Siddha Medical College,
Palayamkottai - 627 002.

Asana is one of the eight parts of Ashtanga yoga. Being an indispensable part of yoga, it is generally called Yogasana Asanas, according to Thirumoolar, are countless. Asana simply means posture or pose.

The number of asanas are nearly 86 Lakhs, according to Siddha Literatures. But all of them are impracticable in one's lifetime.

Learning from a Guru some simple but important asanas and putting them into daily practice is beneficial to one's physical as well as mental health. Halasana is one such simple but important asana which is described below.

The term 'Hala\ means 'plough' in English and 'Kalappai' in Tamil. This asana, at its summit, appears like a plough and hence the name.

Lie on your back, on a carpet, spread over smooth and even surface. Place your arms and hands, with palms touching the ground, along the sides of your body. By pressing the ground with the palms, raise your legs drawing up the knees. Then extend your knees upwards. Now raise your hip with the support of your hands and bring down the legs till the toes touch the ground without flexing the knees. Now extend your arms straight backwards with palms touching the ground. Keep your feet together. Breathing should be normal. This is the completed stage of Halasana. This can be practised for 2-4 minutes in empty stomach.

With best compliments from ☎ 333187

P.T.S. Motor Service

66 D, MADURAI ROAD, TIRUNELVELI JUNCTION.

With best compliments from ☎ 582845

KELIS *Video, Photo & Decoration*

256 A, TIRUCHEDUR ROAD, MURUGANKURICHI, PALAYAMKOTTAI - 2.

தியானம் செய்யும் முன் உங்களுக்குத்தேவை 1) தூய்மையான எண்ணங்கள், 2) தூய்மையான பேச்சு, 3) தூய்மையான நம்பிக்கை, 4) தூய்மையான முயற்சியின்மூலம் மனதை ஒருமைப்படுத்தல்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

After 2-3 minutes, this asana can be relaxed stepwise in the reverse order, to reach the supine position again. This asana should be practised very carefully.

Benefits : It strengthens the brain and the spinal cord. It improves digestion and increases the appetite. It stimulates the abdominal visceral organs like liver, spleen, pancreas, intestines, kidneys and adrenal glands. It is useful in the treatement of sterility in women.

Warning : Those suffering from disc prolapse should not practise this asana.

References : Teachings of Yogi, S.S.A. Ramaiah

Sirappu Maruthuvam by Dr. R. Thiagarajan

With best compliments from

H. MOHAMED JAHEER HUSSAIN

Shop : 332254
Resi : 320372

HOTEL SULTHANA

Family Park

No. 1 A/1, Thatchanallur Road, (Madurai Road) Tirunelveli Junction - 627 001.

With best compliments from

HOTEL SANGAM

117, MADURAI ROAD,
THATCHANALLUR.

விளையாட்டு சாமான்கள், பரிசு பொருட்கள், வாங்க சிறந்த இடம்

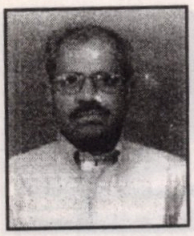
புவனேஸ்வரி லேடீஸ் சென்டர்

8 போலீஸ் காலனி, திருசெந்தூர் ரோடு, பாளையங்கோட்டை.

மணப்பெண் அலங்கார அணிகலன் வாடகைக்குக் கிடைக்கும்

மூக்கிலிருந்து தினசரி 900 கிராம் CO_2 வெளியேற்றப்படுகிறது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE



Risk Factors

Rtn. Dr. Azhagesan, M.D (S),
Lecturer,
Department of Sirappu Maruthavam,
Govt. Siddha Medical College,
Palayamkottai - 627 002.

Several factors make a person more susceptible to heart - attack ; Some of there can be changed by diet, drugs, exercise or behaviour modification; while others can't be altered at all.

Females are farless susceptible to heart-attacks rises steeply after menopause - indicating a possible protective effect of female hormones. Highter than normal levels of female hormones as in women taking oral contraceptives surprisingly increase the incidence, because they make the blood more likely to clot.

Some factors facilitate formation of the cholestrol plug which narrows the vessel by increasing the blood - cholestrol. Commonest among these are diabetes and obesity. The tendency for a high blood cholestral is also partly familial (so that heart-attacks run in families). The most dramatic example of familial traits are rare genetic diseases where cholestrol is incredibly high, even in small children of normal weight. Many of these die by their veens, and heart-liver transplants have been used as last ditch measures to keep them alive.

With best compliments from

இரத்ததானம் செய்வீர் ! இன்னுயிர் காப்பீர் !

சின்சியர் சமூக சேவை நிறுவனம்

4, கைலாசபுரம் நடுத்தெரு,
திருநெல்வேலி – 627 001.

திரு. K. பக்கீர் முகைதீன்
திரு. அ. ஜமால் முகமது ஈஸா

திரு. A.M. சேக் இபுராஹிம்
திரு. M. வீரபாகு

சாக்லேட்டிலிருந்து ஒரு இனிப்பு செய்தி. இதில் உள்ள 'FLAVONOIDS' என்னும் CHEMICAL உடலுக்கு தீங்குவிளைவிக்கும் 'LDL' கொழுப்பை குறைக்கிறது. இரத்தத்தட்டுகளின் (PLATELETS) செயல் பாட்டை குறைத்து இரத்தத்தை இலகுவாக்கி இரத்தம் எளிதில் உறைவதை தடுக்கிறது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

An indirect indicator of high blood lipids (which may go hand in hand with an elevated cholestrol) is the premature appearance in some patients of areus senilis, a white rim around the cornea of the eye, normally seen only in the elderly. The arcus is due to deposition of lipids.

Cholestral can be controlled by diet and drugs.

High blood - pressure is a risk factor, because the lining of the coronary vessel is more likely to be injured by sustained elevation of the pressure within it.

Individuals with a Type A personality, that is hard drive, aggression and perfectionism coupled with lowtolerance for frustration - are more susceptible, possibly because they produce larger quantities of the stress hormones - these horomones make the blood clot faster, render platelets sticker, and also increase the heart's oxygen requirements.

Mental stress may not always bring on a heart - attack (many occur during sleep) but if sustained for a long time, can increase vulnerablity to an attack, by the mechanisms described in the previous paragraph.

Smoking is an important risk factor - nicotine, the substance in tobacco responsible for its habit - forming effects makes the plateles more sticky, and tends to transiently shoot up the blood lipids.

Alcoholism is a risk factor - but alcohol in moderate doses (up to two pegs a day) is quite innocuous .

With best compliments from

ACL

Kodak Express

Kodak

ANNAMALAI COLOUR LAB & STUDIO

52 C / 5B, Raja Building, Tirunelveli Junction - 627 001

நோய் நாடி நோய் முதல் நாடி அது தணிக்கும்
வாய் நாடி வாய்ப்பச் செயல்.

G R S S

G.R.S. MEDICAL LABORATORY

41/10, M.V. Complex, Sinthupoonthurai, Tirunelveli Junction.

அனைத்து விதமான மருத்துவ பரிசோதனைகளும் செய்யப்படும்.

இதன் மூலம் 'ARTHERO SCLEROSIS' என்னும் நோய் தடுக்கப்படுகிறது. *(Coronory Arthero Sclerosis is not considered) - American Journal of Clinical nutrition.*

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Phone : Off : 91-462-574404
Resi : 91-462-574644
Fax : 580007

SURYA ENGINEERING

15, Trivandrum Road, Tirunelveli - 627 002.

With Best Compliments from

☎ 70812 - 04651

S. VIJAYA KUMAR, VAITHYAR, S.M.P., L.I.M.,

KANJIRACODE - VAITHYA SALAI, KANJIRACODE - 629 155. (NEAR MARTHANDAM)

SUNDARANANDH HERBAL CURE PRODUCTS

ARANTHANGI - 614 616

OUR SPECIFIC PRODUCTS

★ Dilycure Mix Powder for Diabetics
★ Mahawyn Forte Capsules
★ Mahawyn Forte lehiyam
★ Gasocure letriyam for all Gastrict problems
★ Vathacure capsules for Rheumatic Arthritis.

ESTD 1932
RC. 5560010

உ
சிவமயம்

☎ (0462) 572564

PONNIAH PILLAI BOOK SHOP

Dealer for Govt. School Books & Stationeries

GOLDEN GREEETING CENTRE (UPSTAIR)

House for Distinctive Greetings

80, South Bazaar, Palayamkottai - 627 002.

கோழி இறைச்சியில் கொழுப்புசத்து குறைவான 'TYROSINE' என்ற AMINO ACID அதிமுள்ளது. இது மூளையில் உள்ள TOPOMINE, NARUGBI, NEIRON ஆகிய இரசாயனங்களின் அளவை அதிகரிக்கிறது. இவை மனதில் உற்சாகத்தையும் செயல்பாட்டில் வேகத்தையும் அதிகரிக்கின்றன.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

உதயா ஹேர்ஸ்டைல்

177/5, பார்வதி சங்கர் காம்ப்ளக்ஸ், வண்ணார்பேட்டை,
திருநெல்வேலி - 627 003.

★ ஃபேஸ் பிளீச்சிங் ★ ஹெர்பல் பேசியல் ★ ஹேர் கர்லிங் ★ ஹேர் கட்டிங்

உரிமை : U. தங்கராஜ்

IMPERIAL GLASS TRADERS

இம்பீரியல் கிளாஸ் டிரேடர்ஸ்

☎ Off : 575467
Res : 334448
Cell : 98430-66936

கண்ணாடி வியாபாரம்

55, திருவனந்தபுரம் ரோடு, வண்ணார்பேட்டை, திருநெல்வேலி - 627 003.

M. MOHAMED ANSARI

☎ 572249

A.R. வாட்ச் & ஆப்டிகல்ஸ்

கிப்ட் சென்டர்

★ பவர் கண் கண்ணாடிகள் ★ கூலிங் கிளாஸ் ★ கிப்ட் பொருட்கள்
★ வாட்ச்-சேல்ஸ் & சர்வீஸ்

105, திருச்செந்தூர் ரோடு, (ஹோட்டல் அன்னபூர்ணா எதிரில்) பாளையங்கோட்டை - 627 002.

☎ 337483

With Best Compliments

M/s. ELANGO AGENCIES

60, Ist Floor, Perumal Sannathi St.,
Tirunelveli Jn.

Dealer for : AYURVEDIC & SIDDHA PRODUCTS

M/s. ZANDU PHARMACEUTICALS
M/s. RAJA SIDDHA PHARMA
M/s. ARYA AUSHADHI PHARMACEUTICALS
M/s. IMIS
M/s. POTHIGAI PHARMA
M/s. GIRIJA HERBAL PRODUCTS

மனதில் உற்சாகத்தை ஊற்றெடுக்கச் செய்யும் 'SELENIUM' என்ற தாது கடல் உணவில் அதிகம்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

WHITHER COMPASSION

Dr. M. Murugesan, M.D. (S)
Reader & Head of the Dept. Noi Nadal,
Govt. Siddha Medical College,
Palayamkottai - 627 002.

Man is a social animal logically, as he is bound to live always in a Society, which is otherwise called humanity. In otherwords humanity warrents certain social obligations. The prime factor with which human being is intermixed or entangled with the society as such is the unique sixth sense viz: reasoning. Reasoning does not contain more clarity in thinking or clairvoyance. But it is something exuberant amouting to superb gift of god. And thus human being is considered to be an incarnation of Almighty, and supreme among all living creatures on earth.

The quest for the pnenomenon is to elicit the difference between human being and other creatures. The only characteristic that makes man/woman supreme is the means to Convey, command and warrent love, affection, sympathy and compassion which is lacking with other beings in a celebrative fashion. The measure of reasoning and feeling develops within bondage and mutual exchange of perfect understanding between one another. Thus the mutuality interacts in Spontaneous one-ness of feelings in moments of joy and sorrow. Sharing of joy does not involve delicacy, whereas at a time when any near of dear suffers, if matters not only sensitiive sharing of inmate feelings but also parting of goods and services in the process of exchange. The developed fashion of this act of hearby consoling and helping forms the social service whether it is between known or unknown human beings.

Every religion teaches kindness, love, affection and comparison added with rendering all necessary and possible assistance in times of need. Right from feeding the poor, helping a sick or assisting an impaired and aged fill one's heart with compassionable joy and thereby gains the blessings of the availed ones and so also that of the superpower termed as God. The happiness and fullness of the heart that any one perceives by helping another cannot be expressed or explained wordily. It is that of a spirit of ecstasy or bliss one can experience only by direct involvement.

Further one inculcates such a sense to serve others, forgive the sinned and tolerate humiliation only from parents, who from teachers and through the atmosphere within which he/she is brought up from childhood. Any amount of professing by other soures would just kindly the awareness and awaken other than inducing the benefactor to volunteer through self evocation. When once any one experiences this joy of service by full involvment it forces him to renounce all his selfish aspirations and transforms his mind and soul real around ardent social service. If this sort of service to the needy without expecting any benefit or reward gets in to the mind of every young man and puts into practice, the dawn of world in the morrow will never have any one to feel depressed, desperate or deserted all the worst to say that he is destined.

Social Service has countless avenues. Age or education has no bar to serve. It may be helping a blind to walk or an elder to move about or cleaning the environment of a common habitate, the selfless service amounts to the service of God. Social service cannot be to its totality unless otherwise it is practised by a group or organisation either directly or

சீனாவில் ஆண்டுதோறும் 2 கோடி கடல் குதிரைகள் மருந்துக்கு பயன்படுத்தப்படுகிறது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

indirectly. We may have mind and intenstion to do but it may not be possible physically owing to age, sickness or impairment. In such a case we may be able to liberally contribute by means of Cash or kind.

However, in all, kindness in heart is transformed into compassion in action and thereby fullfilling the satisfaction of the server as well the served. So we should mould the character of our young ones in such a way from childhood to love with sympathy and service the humanity to the extent possible to enjoy the life without giving rook to any of the disabled, forlor or discarded feel compared with another accomplished with all.

A smile from the beneficiary who is sick, aged, handicapped, mentally retarded, suffering or poor is an invaluable blessing not only to the benefactor but to the humanity at large. Let us join the service for the deserved be it an eye-camp, donation of blood, eye or other organs, general medical/surgical services or distribution of artificial limbs, calipers or tricycles either directly or indirectly and reap the pleasure of celestial bliss.

கேரளா மற்றும் கர்நாடக மாநிலத்தில் 40 **கிளைகளுடன்** இயங்கி வரும்
எங்கள் ஸ்தாபனம் தமிழகத்தில் முதன்முறையாக நெல்லையில் துவங்கப்பட்டுள்ளது.

Phone : 320505, 338022 email : jsekar@vsnl.com

மார்ஜின் ப்ரீ மார்க்கெட்

A specially Super Market

சொக்கலால் பில்டிங், ஹைரோடு, 99, சென்ட்ரல் தியேட்டர் அருகில், திருநெல்வேலி - 627 001.

Controlled by Consumer Protection and Guidence Society Regd. No. T.477/93

With Best Compliments from

KOVILPATTI LAKSHMI ROLLER FLOUR MILLS LIMITED

GANGAIKONDAN - 627 352
TIRUNELVELI DISTRICT

Manufacturers of :

KUTHUVILAKKU BRAND
MAIDA, SOOJI, ATTA & BRAN

அமெரிக்காவில் ஆண்டுதோறும் 98,000 பேர் தவறான அறுவை சிகிச்சையினாலும்,
தவறான நோய் கணிப்பினாலும் இறக்கின்றனர்

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Clinic : 743785
Resi : 722040

BONE FRACTURE, NERVOUS DISORDER HOSPTIAL

K.G.V. COMPLEX, 336, ESWARAN KOVIL STREET,
TIRUPUR - 641 604

SIDDHER MANIGANDA THYLAM

Prepared by

MOST EXPERIENCED AND TRUSTWORTHY PHYSICIAN
FOR THE PEOPLE FOR THE PAST 25 YEARS

Dr. G. DAMODARAN, R.H.M.P., S.M.P.
(Specialist in Orthopadic and Physiotherapy)

CURES MIRACULOUSLY :

Bone Fracture, Nervous disorder, Joint dislocation, Facial Paralysis, Fluid Formation in Knee Joints, Stitching pain in ankle, Hemiplegia Chest Congestion in Children, Polio myelitis, Rheumatism and allied bone troubles.

Time : Morning - 10.00 to 1.00 ★ Evening : 5.00 to 9.00
(Sunday Morning : 10.00 to 1.00 only)

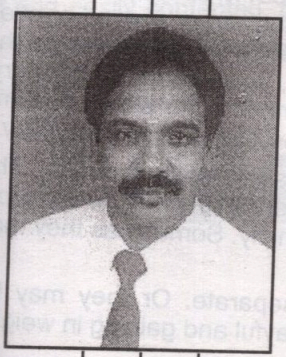
Saliva, Urine, DNA - Test செய்துபுற்றுநோய் இருப்பது கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. ஆனால் இப்போது MITOCHONDRIAவில் ஏற்படும் மாறுதலைக் கொண்டே புற்றுநோய் இருப்பதை கண்டறியலாம். - SCIENTISTS BALTIMORE -U.S.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

சுபஸ்ரீ மருத்துவமனை

(சித்தா, ஆயுர்வேதம் & அக்யுபங்சர்)

(S.R.T. எதிரில்) தாராபுரம் ரோடு, திருப்பூர் - 641 608 Ph. 0421-420363, 424343



Dr. T.N. கோவிந்தராஜு

R.I.M.P., M.D., (Acu.,) (Regd. 789)

தலைவர், சித்த மருத்துவ சங்கம்,
திருப்பூர் - 8.

எங்கள் மருத்துவமனையில் செயல்படும் பிரிவுகள் :

- சித்த மருத்துவ பிரிவு
- யோகமருத்துவ பிரிவு
- ஆயில்மஜாஜ் பிரிவு
- அக்யுபங்சர் பிரிவு
- படுக்கை வசதி
- உள்நோயாளிகள் பகுதி
- உடற்பயிற்சி பிரிவு
- இரத்த பரிசோதனை பகுதி

புகையிலையைப் பயன்படுத்துவதினால் ஆண்டுதோறும் உலகில்
28 லட்சம் பேர் இறக்கின்றனர்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

KNOW ABOUT YOUR BABY

Dr. R. LAKSHMI M.D. (S) Lecturer,
Govt. Siddha Medical College,
Palayamkottai - 627 002.

Pregnancy is a period of excitement, expectancy and a bit of anxiety and even fear especially if it is the first Pregnancy. Your baby is a Marvel of your creation and his birth is an exciting moment. His/Her first skin contact with you sends a thril through you. His smile, his gestures and even a yawn thrills you. Later as your child begins babbling to respond holding your hand and indulging in all manner of pranks, your joy knows no bounds. But when he looks unhappy or begins to cry you are at a loss because you do not know whether he is hungry, needs burpuing or is just borded so it is very essential to know more about your baby more.

Bowel Movements :

The baby passes a sticky dark green stool called meconium soon after birth, and continues to do so several times a day for the first two days. Thereafter the stools change to a yellow colour and have a sweetish smell the baby passes a stool after every feed but may pass a small stool in between as well. Every time he passes wind, he may pass a little stool also. This is absolutely normal, and should not be called diarrhoea. Many such babies have been given all manner of medicines for their 'diarrhoea\ while they are thriving and gaining in weight. Some babies on the other hand, pass a stool every second or even third day and that too gets the mohers worried. This also is perfectly normal as longas the stool is not hard and the baby has no discomfort while passing it, So you should not worry. It only saves you from washing napkins! Around three to four months the stools become less in numner and the baby may pass one stool at almost the same time every day.

There is a great of diference in the stool of a breast fed and a bottle fed baby. The stools of a breast fed baby are bright yellow, Semi-formed with very little smell, while stools of a bottle fed baby are harder, darker in colour and are more smelly. Sometimes they may also be whitish.

At times the stools may be curdled with the water separate. Or they may be greenish. All this is normal. As long as the baby is happy and playful and gaining in weight, there is nothing to worry about.

Crying :

A baby's only way to let you know that he wants or needs something done for him is by crying. He may be hungry, cold, or too warm; he may be wet or just plain bored. You will soon learn to recognise the cry of hunger from other kinds of cries. His napkin may need changing, a pin may be poking him or the clothes may be uncomfortable and itght. If he has been fed a little while ago, he may need burping. An air bubbble may be bothering him. Many babies fuss and whimper when they are tired and go off to sleep when held in the lap or put in the cot. If the weather is hot, he might be thirsty and will quieten down if you give him some water, but if nothing seems to soothe him, give him a feed. He may just be hungry baby will suck vigorously from breast or bottle and go off to sleep, or start

மனிதனின் நினைவாற்றலுக்கும் நறுமணத்திற்கும் நெருங்கிய தொடர்பு உண்டு. ஒரு குறப்பிட்ட வாசனையை ஒரு காட்சி அல்லது நிகழ்ச்சியின் போதும், சம்பவத்தின் போதும் உண்டாக்கினால் அச்சம்பவம் மறக்காமல் தங்கியிருக்குமாம். - SCIENTISTS WALES UNIVERSITY.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

playing after the feed. If he cries incessantly and nothing seems to soothe him, he may be having pain in his stomach or ear, and you should consult your doctor.

Don't be afraid of spoilling your baby

Some mothers let the baby go on crying and do not pick him up for fear that he may get spoiled. All babies need attention and need to be comforted when they are uncomfortable. They stop crying when picked up or talked to. This is not spoiling but just giving the baby the attention he needs, he understands love and needs security even at that age. Even a tiny baby has personal needs. In his complete helplessness he needs to discover that he can depend on his parents to take care of him. He enjoys being fed in a leisurely, relaxed manner rather than in a hurry. Even though his hunger may be satisfied, his feelings are not. This does not mean that you pick him up at the slightest whimper, or hover around him showing tension and anxiety. A calm relaxed attitude of love and tenderness is what he needs. all babies are different - some are placid and easily contented, others want more reassurance and like being picked up. You need to understand your baby and satisfy his needs.

Sometimes in a joint family the baby is likely to be carried about all the time by one relative or the other. A granny with nothing else to do enjoys cuddlng and talking to the baby. He will certainly miss this attention when only the parents are around. So it is better not to overdo it.

While a baby's smile are laughter can be thrilling and exciting, his crying can reduce you to tears. You feel helpless and incompetent and it makes you anxious and even angry. At times an angry mother in her frustration has hit the child. That should be avoided at all cost. An unhappy uncomfortable baby needs comfort and cuddling and not a slap. Try and be patient and your calm and placid mood will soothe the baby also.

Holding the baby

You may have been a relative or a neighbour holding her baby. Many mother and certainly all fathers are afraid that they will drop

With Best Compliments

BANARAS WALKER

42, V. MARKET,
SALEM - 636 001.

With Best Compliments

☎ Shop : 415081
Resi : 261109

P.V. MARIAPPAN & SONS

FRUIT MERCHANT & COMMISSION AGENT

NEAR GANDHI STADIUM, SALEM - 7.

அழகு வைட்டமின் என்றழைக்கப்படுவது 'RIBOFLAVIN' ஆகும்.
இது தயிரில் மிக அதிகம்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

the baby. No, you will not do that, only you need a little skill. Since the baby has not yet learnt to support his neck, you have to give him that support. So, when you are holding the baby, one hand or elbow should support the head, and the other should be around his back or buttocks. You will soon get used to it. By the age of three to four months, the baby learns to hold his head up and does not need a head support. He can be held against the shoulder.

Your baby's bath

When should a baby have his first bath? Many paediatricians now feel that there is no hurry to given the baby a bath after birth. He has come out of a very comfortable and warm environment. He also has a protective whitish material called vermix, Particularly in the neck folds, arm pits and groins. No efforts should be made to clean this off, as the delicate skin of the baby will be damaged. The baby's face should be cleaned, and any blood from the delivery should be wiped off. His baby, including head, should be dried with a soft towel and clothes put on. The less he is disturbed for the first few hours the better. He can be given a bath on the second or the third day. Many hospitals do not give the baby a bath at all during the hospital stay.

To give the baby a bath at home, you will need a good size wash basin or a baby tub, Plastic ones are freely available and you can choose any attractive colour, The water should be comfortably warm and should fill half to three-fourths of the basin or tub. The room should be warm and free of draught. The fan shoudl be switched off. First the baby's face and head should be washed. The baby can then be put in the tub while supporting his head properly. If the baby's buttocks are soiled with stool, he should be cleaned before being put in the tub. the baby's skin is very sensitive and only a mild soap should be used. A shampoo can be used for the head and a soft brush can be used for the hair. After the bath, the skin should be dried gently and the clothes put on. Pat the skin should be dried gently and the clothes put. Pat the skin dry rather than wipe it. Most mothers like to use talcum powder because it smells nice. It may get caked in the skin folds and irritate the skin. If at all, it should be used sparingly. Powder should

☎ 418784

N. மாதேஸ்

பழ கமிஷன் மண்டி

காந்தி ஸ்டேஷன் அருகில், சேலம் – 636 007

☎ 413476
260093

A. PRABU

Fruit Commission Mundy

NEAR GANDHI STADIUM,
SALEM - 7.

உலகில் 400 கோடி மக்கள் தங்களின் அன்றாட சுகாதாரத்திற்கு
இயற்கை மருத்துவத்தையே நம்பியுள்ளனர்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

not be put on the cord. While powdering his neck or chest, make sure that it does not go too near his nose as there is danger of his inhaling it. Till the cord comes off and the navel becomes dry, it is better not to put the baby in the tub. but to pour water over him, avoiding the cord area, alternately, the baby can be sponged.

The good old method of straddling the baby across the mother's legs to give him a bath is a good one and needs no equipment except a bucket of water and a mug. Once the baby learns to sit, he can sit in his tub, but a bath can just as well be given by pouring water over the baby with a mug while he sits on a low stool (chowki).

Be a careful not to get soap into the baby's eyes. A bath can be a lovely experience and most babies enjoy it and have being taken out of the bath tub. A couple of plastic toys floating around in the water add to the fun and joy of the bath. A bath is relaxing and many babies go off to sleep after their bath.

Just as we all like a certain routine in our lives and want to know what to expect next, the same in true of babies. As far as possible it is better to adhere to some routine regarding bath, sleep, play, etc.

Massage

In India an oil massage is credited with all kinds of beneficial effects. The baby can be messaged with a mild oil like sweet oil, or some baby oil (available at the chemist's shop) to prevent the skin from becoming dry. Massage is stimulating for the skin it improved its texture and stimulates circulation. In summer, a gentle massage may be given with oil or talcum powder. A vigorous oil massage generates too much heat and the baby may feel some discomfort.

Care of the eyes, nose, mouth and ears

Nature takes care of keeping the eyes, nose, mouth and ears clean. Clean the outside of the ears with a small towel or wash cloth, but do not try to clean the wax inside the ear because that is meant to protect the ear. Do not clean the nose vigorously either.

The dry crusts can be removed with a washcloth or with slightly moistened cotton wick

With Best Compliments from

Dr. S.R. Madhavan M.D.,
Dr. J. Sri Ram B.S.M.S.,
Dr. S. Thamodharan B.S.M.S.,

M. Jothinarayanan
(TATA Specialist)

☎ 0462-573490
0462-576826

Uma Automobiles

(Approved by the Government of Tamilnadu)
4-D, Salai Street, Vannarpettai, Tirunelveli - 627 003.

SPECIALIST TATA SIERRA, T/SIERRA TURBO ESTATE SUMO, 407 AND ALL KINDS OF VEHICLES

உலகில் ஆண்டுதோறும் 25,000 கோடி டாலர் அளவுக்கு மூலிகை ஏற்றுமதி நடைபெறுகிறது.
நமது அண்டை நாடான சீனா 10,000 கோடி ரூபாய் அளவிற்கு மூலிகை ஏற்றுமதி செய்கிறது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

rolled between your two hands. The eyes can be washed and the eyelids gently wiped with the washcloth. The tongue never needs any cleaning. The whitish patch on the tongue is quite normal. The custom in some communities of putting oil in the baby's ears, nose and mouth, is not a good one. It can lead to infection and may even be aspirated and may lead to pneumonia. The widespread custom of putting surma or Kajal in the eyes too can lead to irritation of the eyes and infection. It shoudl be avoided for the first few weeks at least and then used only with an absolutely clean finger or an applicator. Make sure the surma is reliable; some contain lead which is dangerous. There are several receipts for making it at home. Kajal or the modern eyeliner is an inherent part of the Indian tradition and make up but there is plenty of time for it afterwards.

Baby's navel

As has been mentioned earlier, the cord is tied and cut at the time of birth. The stump dries up and falls off in a week's time. It does not require any dressing or bandaging. Cleaning with spirit helps it to dry. After the cord drops off, the navel may remain moist for a few days. Cleaning with spirit is all that is necessary, if the discharge continues or the navel becomes red. You should consult your doctor.

Sometimes the navel protrudes like a tiny balloon when the baby cries. This because the opening in the muscle wall of the abdomen through which he originally received his nourishment is not quite closed. This is called umbilical hernia. It will close in a few week's time as the baby's abdominal muscles grow and develop. The old custom of putting a coin on the hernia and bandaging or strapping it is wrong and only leads to skin rashes and bruises.

Vitamin drops

It would be surprising if nature's food for babies, ie., breast milk, was deficient in any important substance. There are many popular myths about the infant's requirement for extra vitamins, but they re not justified. Human milk contains sufficient amounts. Most powdered milk is also fortified with vitamins. However, vitamin C in cow's and buffalao's milk is destroyed by

Maruthi
COLOR LAB ★ Computerised
STUDIO & VIDEO
Hotel Blue Star Complex, Tirunelveli Junction. ☎ 338597

இயற்கை மூலிகைகளுடன், திருநீருற்று பச்சிலை, செம்பருத்தி, வேப்பிலை மற்றும் தூய தேங்காய் எண்ணெய்யுடன் உடல் குளிர்ச்சிக்கும் முகப்பொலிவுக்கும் அற்புத சித்தா சோப்

'லீம்ப்மிக்ஸ்' சோப்

குழந்தை முதல் முதியோர் வரை குடும்பத்துடன் உபயோகிக்க வேண்டிய ஆரோக்கிய சோப்

'லீம்ப்மிக்ஸ்' சோப்

முகப்பரு வராமல் தடுக்க லீம்மிக்ஸ் உபயோகியுங்கள்

சபரி ஏஜென்சி,
268, குட்செட் தெரு, மதுரை ☎ 741530

(மிருகக் கொழுப்பு இல்லாதது) ★ திருநீற்றுப் பச்சிலையின் மணமே சோப்பில் உள்ளது

மூலிகை தேசமான இந்தியாவோ வெறும் 3000 கோடி ரூபாய் அளவிற்குதான் மூலிகை ஏற்றுமதி செய்கிறது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

boiling. Keeping all this in view, vitamin drops could be started around the time the breast milk is likely to become less, i.e., about four months. The drops can be put into the baby's mouth or mixed with fruit juice or any other food. The drops should be put on the side of the mouth-neither on the tongue, as he might spitthem out with the normal movements of his tongue, nor at the back of the throat because the baby might get choked.

Travelling with baby

With a breast fed baby there is not much problem. All you need is some boiled drinking water and a few napkins, two or three face cloths and bids and a change of cloths. But with a bottle fed baby or a baby who is taking solids, you have to tame many more things. You will need sterile feeding bottles. Don't you feeding? Milk (powdered milk is convenient for travelling), a thermos jar with warm boiled water, a spoon, bowl, etc. For a baby who is eating solids, you can take some fruit or some cooked food in a cup. For an older child you may cary carry biscuits, sandwiches, fruit of some home cooked food. It is unwise to give water from road-side taps or railway stations and you must always carry some boiled, cooled water in a bottle with you. The journey can be boring for the child and you should carry a few toys, a story book or a drawing book to amuse him.

Visiting friends

You may be visitng friends who also have young children, in which case there is no problem because your child will play with them and with their toys. The problem arises when you visit friends or relatives who do not have young children. It is always wise to carry a few toys or story books along so that your child is occupied while you sit and chat. In the absence of toy he naturally occupies himself with decoration pieces, ash trays, books and magazines, with you hosts casting an anxious look and forever saying 'don't touch that', 'you will break that' or 'go and play outside'. You have not enjoyed your visit because you have been preoccupied with your child and it has not fun for the child either. so it is carry something with you to occupy him.

☎ 35169

ஸ்ரீ முருகன் மெடிக்கல்ஸ்

கவுந்தப்பாடி ரோடு, காஞ்சிக்கோவில். ஈரோடு மாவட்டம்

உரிமை : K. ஈஸ்வர மூர்த்தி

பகவதி ஜுவல்லர்ஸ்

☎ (S) 25073
(R) 25274

187, மீனாட்சிபுரம், நாகர்கோவில் - 1.

மஞ்சளில் உள்ள CURCUMIN என்ற ALKALOIDம்; ஆவியாக்கக் கூடிய VOLATILE OILம்; அதன் மருத்துவ குணத்திற்கு காரணம். இந்த ஆயில்TRYPSINஐ அதிகப்படுத்தி செரிமானத்தை தூண்டுகிறது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

Dr. P. Sathish Kumar
Dr. N.S.K. Nambi Babu
Dr. M.F. Muhammad Hafeez
Dr. M. Ramanan
Dr. R. Ramesh

BEST WISHES

அனைத்து வகையான நாட்டுமருந்து சரக்குகள் வாங்க சிறந்த இடம்

P. கிருஷ்ணபிள்ளை
நாட்டு மருந்து வியாபாரம்

3/4, சங்கரரோஜித பண்டிதர் தெரு, திருநெல்வேலி டவுண்.

Dr. S. RAJESWARAN B.S.M.S. M.D.
ASST. MEDICAL OFFICER (SIDDHA)

GOVT. HOSPITAL, VALPARAI ☎ 04253-72533

இரைப்பையில் படர்ந்துள்ள சளிச்சவ்வு மஞ்சளை உடனே இழுத்து கொள்வதால் இரைப்பை புண்களை ஆற்றுகிறது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

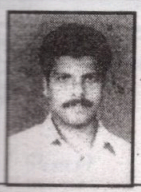
With Best wishes from

☎ 27932

அகஸ்தியர்
சித்தா கிளினிக்

செட்டிகுளம் சந்திப்பு, நாகர்கோவில் – 629 001

Dr. J. ராஜகோபால் B.Sc., B.S.M.S.,
Dr. M. நெடுஞ்செழியன் B.Sc., B.S.M.S.,



Dr. C.R. SURESH KUMAR B.S.M.S., ☎ 24055

SURESH SIDDHA VARMA HOSPITAL

98-B-5, Beach Road, Irulappapuram, Nagercoil - 629 002

C. Ilango B.Com., H.D.C., ☎ 572334
Fax : 575543

Raj Xerox A/c.

62-A, South Bazaar, Palayamkottai-2.

★ XEROX ★ STD/ISD/FAX ★ LAMINATION
★ SPIRAL BINDING ★ CYCLOSTYLING
★ JOB TYPING-Manual/Computer/Electronic

மாம்பழத்தின் தோலில் தான் வைட்டமின் சி. அதிகம். புற்றுநோய் வராமல் தடுக்கும் Antioxidant சக்தி இதற்கு அதிகம். மேலும் இதில் உடலுக்கு முக்கிய தேவையான Na, K, Ca அதிகம். வெண்ணெய்க்கு நிகரான வைட்டமின் ஏ இதில் உள்ளது. *(16.000UA)*

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

தொலைந்து போனது

K. RAJAKUMAR, Pre - final

மேற்கத்திய நாகரீகத்தின் மோகத்தால்
தொலைந்து போனது உள்ளத்து நாகரீகம் !
தொலைக்காட்சியின் வருகையால்
தொலைந்து போனது காலத்தின் அருமை !
பதவி வெறியாளர்களின் பேராசையால்
தொலைந்து போனது உண்மை அரசியல் !
விலைவாசி ஏற்றத்தின் தாக்கத்தால்
தொலைந்து போனது விருந்தோம்பும் பண்பு!
வரதட்சணை எனும் கொடுமையால்
தொலைந்து போனது பெண்ணின் பெருமை !
பணி செய்யும் பெண் டிரால்
தொலைந்து போனது தாய்மையின் விரியம் !

புத்தகப் பொதியின் பாரத்தால்
தொலைந்து போனது சிற்றினம் பருவத்து இன்பம் !
சிறிச் செல்லும் வாகனங்களின் வேகத்தால்
தொலைந்து போனது காற்றின் தூய்மை !
இடப்பற்றாக் குறையின் காரணத்தால்
தொலைந்து போனது கானகத்தின் பசுமை !
இறைவனைத் தேடும் மனிதா !
தொலைந்து போன இவற்றைத்தேடு !
அவற்றுள் உள்ளான் இறைவன் !!!

அப்படியா?.....

☎ 330346

For Spectacles & Goggles

Bright Opticals

No. 52/2A, Nainar Shopping Complex, (Near Bus Stand),
Tirunelveli Junction -1.

With best compliments from

Prop. K. Zakir Hussain

337222 333045
333950 337666
337799 338777

STANDARD CABS & ENTERPRISES

182 - A, S.N. High Road, Tirunelveli Junction - 627 001.

அதிக குளிர் பிரதேசத்தில் ஆண் பிறப்பு மிகவும் குறைவு. அதே வேளையில் வெப்பநாடுகளில் ஆண்பிறப்பு மிகவும் அதிகம். 17 நாடுகளை ஆராய்ந்ததில் கிடைத்த தகவல்.

Victor Croach, Germany.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

E. SHANKAR
T. SINGH

RAVI AIR TRAVELS

6 H, PARASAKTHI BUILDINGS, FIRST FLOOR, MADURAI ROAD, TIRUNELVELI - 627 001.

PASSPORT, VISA, AIR TICKETS (DOMESTIC & INTERNATIONAL) EMIGRATION

NELLAI TO CHENNAI DAILY AIR BUS TIME : 5.30 P.M. - 6.45 P.M. - 7.30 P.M.

With best compliments from

சொர்க்கம் ஒயின்ஸ்

மார்க்கெட், பாளையங்கோட்டை.

பஞ்சாட்சரா

C. RAMESH PRABU, II BSMS.

பெயர் : கல்லூரி போர்டிகோ

வயது : கல்லூரியின் வயதை விடகுறைவு

தொழில் : ஜீனியரை சீனியருடன் இணைப்பது இது பிறந்தாள் கொண்டாடியது; ரிப்பன் வெட்டி.

நம்புவது : சீனியர்களை

நம்பாதது : காதலர்களை

பிடித்தது : கடலை மன்னர்களை

பிடிக்காதது : பெண்களை கேலி செய்வோரை

விரும்புவது : சீனியர் ராக்கிங் செய்து ஜுனியர் அழுவதை அல்லது கல்லூரியை விட்டு ஓடுவதை

விரும்பாதது : மாணவ மாணவியர் தனித்தனியே போவதை, ஜீனியர், சீனியர் தோள் மேல், கை போடுவதை

ஒரே எரிச்சல் : ஜுனியர்கள் சீனியராவது

தனிச்சிறப்பு : லேடிஸ் ஹாஸ்டல் வாயில் அருகில் இருப்பது.

சமீபத்திய சாதனை : கட் அடிப்போர் எண்ணிக்கையை அதிகமாக்கியது

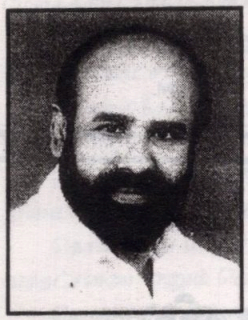
நீண்ட கால சாதனை : ஈவ்னிங் காலேஜ் மாணவர்களுக்கு இடமளித்து உதவுவது.

எதிர்ப்பார்ப்பு : மாணவர்கள் நல்ல மருத்துவராவார்கள் என்பது

தினமும் 4 – 5 கோப்பை பச்சைத் தேநீர் அருந்துவது சரும புற்றுநோயிலிருந்து பாதுகாக்கிறது. பச்சை தேயிலை – தேயிலைப் பறித்தவுடன் அதைப் பதப்படுத்தி கொள்வதன் மூலம் கிடைக்கிறது. பால் சேர்க்கக் கூடாது. ஜப்பான், சீனாவில் இது மிகவும் பிரபலம்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

அக்குபங்சர் டாக்டர் ஆகுங்கள்



இன்று உலக அளவில் பிரசித்தி பெற்றுவருவது மருந்தில்லா மருத்துவமாகிய அக்குபங்சர் சிகிச்சையாகும். எம்.பி.பி.எஸ். படித்த டாக்டர்களும் ஆயிரக்கணக்கில் அக்குபங்சர் மருத்துவமுறைக்கு மாறி வருகிறார்கள்.

இந்த அக்குபங்சர் சிகிச்சை மூலம் அல்சர் முதல் கேன்சர் வரை எந்த நோயையும் குணப்படுத்தலாம்.

★ ஒவ்வொரு மாதமும் வகுப்புகள் நடைபெறுகிறது.

★ குறுகிய காலப் படிப்பு

★ மிகக் குறைந்த கட்டணம்.

மேலும் விபரங்களுக்கு தொடர்பு கொள்ளவும் :

அப்துல்லா மிஷன் மருத்துவமனை அறக்கட்டளை

பெரியார் சிலை அருகில், காரைக்குடி – 630 001.
சிவகங்கை மாவட்டம்.
போன் : 04565-33735, 23082, 22791 [த]

Simply worrying about weight can release harmones that lead to Weaker Bones.
University of British Colombia Vancourel Canada.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

SANKAR CEMENT

Unshakeable Trust

Manufacturers : The India Cements Limited

Dhun Building, 827, Anna Salai, Madras 600 002

சராசரி மனிதனின் வாழ்நாளில் இதயம் 2.5 பில்லியன் தடவை துடிக்கிறது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

புதுக்குறள்

கடலையுறாமை

கடலையெனப் படுவது யாதெனின் – எப்பொழுதும்
வெடலைப் பெண்களுடன் வறுக்கும் செயல்.

படுகடலை தொடுகடலை வறுகடலை – இவை இளைய
நூலோர் வகுத்த முன்று.

கடலைக்கும் உண்டோ அடைக்குந்தாழ் – அடைத்தால்
'கேட்' டேறி குதித்து வறுப்பர்.

உடலுள்ளம் நேரம் இம்முன்றும் – அடிக்கடி
கடலை போட்டால் வீணாகும்.

இலைமறைக் காய் போன்ற கடலையரே – பூனைத்தன்
கண் முடியதில் இருளுமோ உலகு.

காமம் வாதமாம் கடலைப்பித்தமாம் இனியவிஷமான
காதல் கபமு மாகும்.

கடலை கடலையென்று அலைந்திரிவோரெல்லாம் – பித்தம்
தலைக் கேறியே பைத்தியம் ஆவர்.

கடலை செய்தாரை இகழ்ந்ததும் இல்லை – அ:தில்லாரை
இவ்வளாகம் புகழ்ந்ததும் இல்.

கல்லூரிக்குள் கடலைபோட்டு பாழாகும் கடலையர்களே
கடலையைப் போல் கருமமும் உண்டோ.

இனக்கவர்ச்சியில் கடலை போடும் காளையர்களே – உளமான
நண்பர்களை மறந்து விடாதீர்.

Infi.complex
B.D.C Honey for 30 days

கலியுக வள்ளுவன் – K^3

With best compliments from

337805

BOOTS FOOTWEAR

52 - C /31, Raja Building, TIRUNELVEL JUNCTION - 627 001.

Tiny specialised cells called PANETH CELLS found in lining of small intestine, which secretes anti-biotic proteins called DEFENSINS which destroy bacterias within minutes and protect the intestine. - Dr. Andre U.C. Irvine College of medicines.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

விடியாத இரவு

H. NALINI SOFIA, Prefinal (Oct)

பாருக்குள் ஓர் நிலவு
பூத்தது ஓர் இரவு
பால் மணம் மாறாதாள் – தாய்
பால் மணம் அறிந்திலல்
உருண்டோடும் உலகில்
உறவென்றொவருமிலை
பாரசிலுவையுடன் வாழ்வின்
பாதைகள் தொடர்ந்தன.
கல்வாரி நினைவுகளுடன்
கல்லூரி சாலை வந்தது
பாச பந்தமில்லா பாரினில்
நேசம் கொண்டாள் ஒருவனில்
உறவில்லா உலகில் – தன்
உறவு சொல்ல விரைந்தாள்
அஞ்சமிலா அவள் நெஞ்சில்
நெருப்பாய் சுட்டெரிக்கும்
வார்த்தைகளை வார்த்தான்
அனாதை இல்லங்கள் பல
அடைக்கலம் தருமென்றான்.
அவனின் வாத்தைகளால் அறிந்தாள் –
தான் அனாதையென்று
மதியின் சாட்சியில் மலர்ந்த அவள்,
விதியின் சதியால் அனாதையாய்
கண்ணிரில் தவித்தாள்
பண்பாடற்ற பாரில்
பெண்ணாய் பிறந்ததற்கு !

ம்ம்ம் .... என்ன சொல்ல வாரீக !

With best compliments from

நெல்லை மாநகரில் சிறந்த சைவ உணவகம் மற்றும் தங்குமிடம்

✆ 334316
322523
339607
With Extn.
0462 - 333729

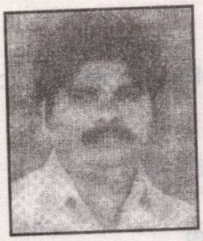
ஹோட்டல் வசந்தம்

பஸ் ஸ்டாண்ட் எதிரில், மதுரை ரோடு,
திருநெல்வேலி ஜங்ஷன்.

One Bacterium give rise to 2 million bacteria within 7 Hrs.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

☎ (04651) 60257



சசீந்திரன் வர்ம வைத்திய சாலை

மேக்கோடு, களியக்காவிளை அஞ்சல், குமரி மாவட்டம் - 629 153.

அன்பர்களே !

எங்களுடைய வைத்தியசாலை சுமார் 450 வருடங்களாக பரம்பரையாய் தொடர்ச்சியாக சித்த வர்ம சிகிட்சை செய்து நோயாளிகளை சுகமடையச் செய்து வருகின்றது. மனித உடலில் அடிகள், இடிகள், வீழ்சைகள் போன்றவற்றால் வெளி காயங்களும் உள் காயங்களும் ஏற்படுகின்றன தக்க சமயத்தில் மர்ம சிகிட்சை (Marma Fatronymix Anatripsis) நடத்தாமல் விடுமோமெனில் மயக்கம் (Coma), சதைவு (Bruise), போதக்கேடு (Delirousness), விறையல் (Trill), நரம்புவலி (Thore), தலை சுற்றல் (Dizziness), நடுக்கம் (Persipiration), போதச்சயம் (Dwalm), உளுக்கு (Rick), தளசை (Vejade), மரவிப்பு (Aosity), சரீரதளர்ச்சை (Catalepsy), நாடிப்பலக்குறைவு (Aerotism), பரானம் (Aoverishness), சுவாசமுட்டல் (Asphyxia) தாதுநஷ்டம் (Asthemia), சலனசக்தி இல்லாமை (Immobility), வாயுகோபம் (Vapour), காசம் (Tussia), சந்திவாதம் (Arthritis), பித்தம் (Choler), ரத்தவாதரோகம் (Cephalagra), வாதம் (Rheumatism), விளர்ச்சை (Ameemia), வாயு (Hyp), கரள்வேதனை (Hepatagia), சர்வாங்கவாதம் (Hamarthritis), உதரரோகம் (Diverticuletis), மூத்திரத்தடை (Dysuria), தளர்வாதம் (Pasy), முகவாதம் (Bell's Pasy), விறையல் வாதம் (Shaking Pasy), பக்கவாதம் (Faraegia), நீர் திணைப்பு (Contusion), உயிர்செல்கள் அழிவது (Bionecrosis), மேற்கூறிய நோய்கள் ஏற்பட்டு மனித உயிர்களை பலி கொள்கின்றன. மேற்கூறிய நோய்களிலிருந்து சித்த வர்மமுறைப்படி சுகமடைய செய்கிறோம்.

இவண்,

உணவு மற்றும் தங்கும் வசதி உண்டு

Dr. L. சசீந்திரன்,

Dr. D.R. சுதா சசீந்திரன்.

"WALKMAN PINNA" : வாக்மேனில் உள்ள 'Earphone' காதில் அழுத்தத்தை உண்டாக்கி வலியை ஏற்படுத்துகிறது. இதையே "WALKMAN PINNA" என்றழைக்கிறார்கள்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

Estd : 1896

☎ 04651 60061
61831

100 YEARS OF HEALTHY SERVICE
100 YEARS
1896-1996

JEYANANDHA VAIDYASALA

ஜெயானந்த வைத்ய சாலை

KALIAKKAVILAI - 629 153
KANAYAKUMARI DISTRICT

SIDDHA, AUYRVEDA ORTHOPEDIC & GENERAL HOSPITAL

(X - Ray Clinical Lab attached)

JEYARAM VAIDYAR
Dr. AZHAGUNEELA JEYARAM, B.S.M.S.

தும்மலின் போது வெளியேற்றப்படும் பொருட்கள் வேகம் என்ன தெரியுமா?
ஒரு மணிக்கு 103.6 மைல்கள்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

இறைவன் அருள்

த. தியாகசுந்தரம், II B.S.M.S.

வெற்றி மாலைகள் மட்டுமே
உன் மார்பை
தழுவி கொண்டிருந்தால்
தோல்வி ஒருநாள் வரும்போது
சேர்ந்து போவாய் எழாதவாறு !

புகழ் ஏணியில் மட்டுமே
உன் கால்கள்
ஏறிக் கொண்டிருந்தால்
மாற்றம் ஒரு நாள் வரும் போது
இறங்கிப் போவாய் ஏறாதவாறு !

இன்பக் கனவுகள் மட்டுமே
உன் வாழ்வில்
நினைவாகிக் கொண்டிருந்தால்
துன்பம் ஒருநாள் வரும் போது
தூங்கிப் போவாய் எழாதவாறு !

முன்னேற்றம் மட்டுமே
உன் செயல்களில்
முன்னேறிக் கொண்டிருந்தால்
பின்னடைவு ஒரு நாள் முன்னேறும் போது
பின் தங்கிப் போவாய் மீளாதவாறு !

அதனால் தானோ என்னவோ
ஆண்டவன் அவன் உனக்கு
அனைத்தையும் மாறி மாறி
தந்துக் கொண்டிருக்கின்றான் !

ம்கூம்.... அப்புறம்.

S.C.S. Chelladurai Pandian, B.P.T. M.I.A.P.
(Consultant Physiotherapist)

VIGNESH PHYSIO CENTRE

Clinic : Ph. 332276
Rajan Hospital Complex,
51-V, Peruma North Car Street,
Tirunelveli Junction - 627 001.

Res : Ph. 541558
3/9, Perumal Sannathi Street,
Thimmarajapuram (PO)
Tirunelveli - 627 353.

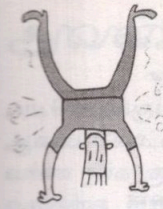
J.V. Gomhathy
Proprietrix

SRI SABARI HOMOEO MEDICALS

K.C.P. Complex, 153, Mettur Road,
Erode - 638 011.
☎ (S) - 253125 (R) 282963

ஒவ்வொரு சராசரி மனிதனும் தன்னுடைய வாழ்நாளில்
1.5 மில்லியன் முடியை இழக்கிறான்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE



நிகழ்வுகள்

வீ. குழந்தைவேலு, V B.S.M.S.

★ தூறல் நின்ற பிறகு
தொடரும்
மண் வாசனையைப் போல
மின்னல் மறைந்த பிறகு
தொடரும்
இடியைப் போல
என்னைக் கடந்து சென்ற பிறகு
தொடரும்
உன் நினைவுகள்.
உரசலினால்
உருக்குலைந்து போகும்
தீக்குச்சியைப் பேல

வேற
வழியில்ல ம்ம்ம்...

உன் பார்வைத்
தீண்டலினால்
உருக்குலைந்து போகிறது
என் இதயம்

★ உன்
(சு) வாசக் காற்று
என்
நாசி நாளங்களில்
சுவாசமாகும் போது தான்
பாலைவனமான
என் இதயம்
நந்தவனமாகிறது

★ சந்திரனைக் கண்டவுடன்
இதழ்பிரிக்கும்
அல்லியைப் போல
உன்
புன்னகை மொட்டவிழ்ப்பில்
தான்
என்
சுவாசமே உயிர்பெறுகிறது.

★ என் வாலிப
பாலைவனத்தில்
கல்வி ஒட்டகத்தில்
பயணம் செய்தேன்
காதல் வேட்கை எடுக்கவே
தொலைவில் நோக்கினேன்
கன்னி நீர் தெரிந்தது
அருகில் சென்றதும் தான்
அறிந்தேன்
அது கானல் நீரென்று
ஒட்டகத்தைத் தவறவிட்ட
நானோ
பாலைவனமாகிப் போனேன்.

★ மலராக நீயிருக்க
மண் தரையாக
நானியிருக்கிறேன்
என்றாவது
உன் ஸ்பரிசம்
என்னைக் குளிர்விக்கும்
என்ற நம்பிக்கையில் நீ
கொய்யப்படுவாய்
என்பதை அறிந்திருந்தும்

With best compliments from

HOTEL ASOKA

உயர்தர சைவ உணவகம்

திருநெல்வேலி ஜங்ஷன்

உரிமை : திரு. ப. செல்லப்பா
திரு. சங்கரரெட்டியார், தெய்வநாயகப்பேரி

நியூ ஆரியபவன்

உயர்தர சைவ உணவகம்

புதிய பஸ் நிலையம், தென்காசி.

Artificial Sweetner (Saccharin) may cause Cancer . Several tests have shown that Saccharin causes malignant tumours in Animals. - Food & Drug Administration of U.S.A.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

அவளின் நினைவுகள்

குறுந்தொட்டிச் சூரணம்
1/2 gm OD with milk @ Bed time
for 40 days.

வெத்தீரில் உடல் நினைத்து
பன்னீரில் பாதம் நனைத்து – அவளை
பூஜை செய்ய நான் நினைத்தேன் – அவளோ
கண்ணீரில் மனம் கரைத்து
செத்தீரில் உடல் நனைத்தான் என்னை
நெஞ்சுக்குள் மரமாய் வளர்த்து
என் நினைவுக்குள் வேராய் பாய்த்தவள் அவள்
வேர்கள் கிழித்தது என் நெஞ்சை – என்
நெஞ்சத்தில் இருந்த அவள் நினைவுகளை
செத்தீரில் கரைத்து
கண்ணீரில் வெளியேற்றினேன் – அவள்
நினைவு புண்பட மலிருக்க

கலைவாணன், II Year.

தரமான சைவ உணவு வகைகள் மற்றும் டீ, காபி, குளிர்பானங்களுக்கு

☎ 578587

ஹோட்டல் பிளசண்ட்

21, திருவனந்தபுரம் ரோடு, பாளையங்கோட்டை

P. VIJAYAKUMAR, M.A.,

With Best Compliments from

NAGARJUNA HERBAL CONCENTRATES LTD

A mission in Healthcare through Ayurveda

Makers of all types of classical formulations like

ARISHTMAS, ASAVAMS, CHOORNAMS, KASHAYAMS, LEHYAMS, GULIKAS, THAILAMS, OILS Etc &

Patent preparation like

CARDOSTAB, RHEUMAT 90, RHEUMAT BALM, SMRITHI, GASON, NUTRAL, HEAMATONE, TUSKER BALM, HALIN DROPS, SUPRESS COUGH SYRUP Etc.

For more details

NAGARJUNA HERBAL CONCETRATES LTD.

H.O. : Thodupuzha. Kerala - 685 588, Tel : 0486 - 276112, 276113. Fax : 276114
Chennai office : No. 5, Soundarajan Street, T.Nagar, Chennai - 600 017. Tel.4354916

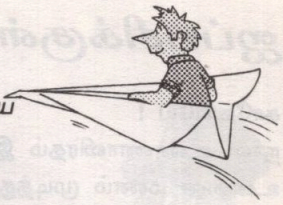
DISTRIBUTOR : SRI DURGAMBIKA AGENCIES,
76, Perumal Sannathi Street, TIRUNELVELI JUNCTION - 627 001.

எக்ஸிமோக்கள் என்னும் மனித வகையினர் மீன் உணவு அதிகமாக உட்கொள்கின்றனர். அவர்களிடையே நீரழிவு நோய் மிகவும் குறைவாக காணப்படுகிறது. எனவே நீரிழிவு நோயாளிகள் வாரம் இரண்டு அல்லது மூன்று முறை மீன் உணவு சேர்த்து கொள்ளலாம்.

Scientist from Sydney University.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

அவன்...



அடியெடுக்கும் போது ஆயிரம் கனவுகள்
ஆகாய கோட்டைகளாய் ....
வர்ண நீர்க் குமிழிகள்
வார்த்தை ஜாலத் தூரிகையால்
காற்றில் வரையப்பட்ட
புதுமை ஓவியங்கள்
உடைந்ததும்.... மறைந்ததும்
போலிப் பாசங்கள்
நட்புத் துவேசங்கள்
கடலில் விழும் கண்ணீர் துளியை
தேடிவிட்டு
ஆடிக்காற்றில் இலவம் பஞ்சாய்
அவன்.....

"SAMRAT", (Final) B.S.M.S.,

ஜென்டில் மேன் ! லுங்கி மட்டுந்தான்
இருக்கு பரவாயில்லையா?!

With Best Compliments from

DALMIA CEMENT

DALMIAPURAM

With Best Compliments from

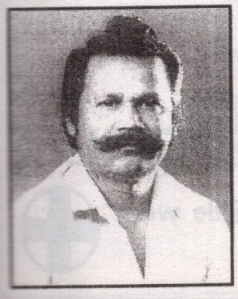
☎ 0462-578501
0462-572048

CLASSIC ELECTRONICS

No. 39, Trivandrum Road, Palayamkottai.

Authorised Dealer : **AIWA, AKAI, PHILIPS, L.G. THOMSON, SANSUI, ONIDA COLOUR TELEVISIONS & KENSTAR HOME APPLIANCES**

We also undertake service of : MOBILE PHONES, VCD's, ACD's, VCR's & CTVs OF ALL BRANDS



பாலு
ஸ்டுடியோ

75-A/4, மதுரை ரோடு, திருநெல்வேலி ஜங்ஷன். ☎ 334355

Morning sickness i.e. Nausea & Vomiting experienced by 2/3 of pregnant women is the Nature's way of protecting mothers and Foetus from food borne illness. Foetus saved from chemicals that can deform Foetal organs at most crictical time .in development .

Quartely Review of Biology, London.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

ஐப்பசிக்குள்ளேனும்!

காவேரியே !
நான் உண்ணாவிரதம் இருக்கிறேன்
உன்னை மணம் முடித்து தரக்கோரி !
நீ ஆடியிலே ஆடி வர
அணைகட்டி தடுத்தது யார்?
அணை மீது ஏறி நின்று – நான்
அழுத கண்ணீர் இன்று
ஆறாக சேரக் கண்டேன் !

தஞ்சை மகளே
கண்ணீர் கரைக்க
ஐப்பசிக்குள்ளேனும் வந்துவிடு !

பாலாரோகிணி, Final Year

வணக்கம் !

AFW

†

Cell : 98430-57313
☎ 0462-573134, 577161
Resi : 339858

அல்போன்சா ஃப்ரேம் ஓர்க்ஸ்

All kinds of Glasses Sales & Service, Aluminium Fabrication

5-C/12, சகுந்தலா காம்ப்ளக்ஸ், வண்ணாரப்பேட்டை,
திருநெல்வேலி - 3.

With Best Compliments from

☎ Clinic : (04332) 62295
Resi : (04332) 62348

Dr. R. RATHINAVEL, B.P.I.M.I.A.P.,D.AC, M.D(ACU) DMT. D. Addn)
CONSULTANT PHYSIOTHERAPIST

RATHNA PHYSIOTHERAPY & ACUPUNCUTURE CLINIC

12 D/3, Madurai Road, Near Karpagam Theature, MANAPARAI - 621 306. TamilNadu, India.

With Best Compliments from

☎ 335691

Vazhga Valamudan

for All Chronic diseases

ASUKAVI ACUPUNCTZURE CENTRE

72, Kannamman Koil Street, Opp. To Poornakala Theatre Side way, Tirunelveli Junction.

Electrolysed water *kills Bacteria like* ***E - coli, Salmonella & Listeria*** *on food and food utensils. It cou be used to sanitize cutting boards, eating & drinking utensils & Food Processing equipment. This water prepared by passing electricity into very dilute salt water solution. Five minutes soaking into E.W. kills millio of bacterias. Chlorine produced in this process is more effective then physically added.*

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

கதராடை

விதவிதமாய்
உடையணிந்து வாழ்ந்த போது
தள்ளி நின்றே பழகியவர்கள்
கதராடை அணிந்ததும்
கைக்குள்ளே
ஐக்கியப்பட்டார்கள்
காரணம்? ஓ...
சட்டைப்பையில் தெரிந்த
நூறு ரூபாயில்

C. சக்தி, II year

'To deliver HOLISTIC HEALTH to all'

★ இந்தியாவுக்கென்று ஒரு தனித்தன்மை வாய்ந்த சித்தா, ஆயுர்வேதா, யுனானி, ஹோமியோபதி மற்றும் அலோபதி மருத்துவ சிகிச்சை முறைகளையும் மற்றைய மாற்று மருத்துவ முறைகளையும் உள்ளடக்கிய ஒரு மருத்துவக் கல்விக் கொள்கையை உருவாக்க

★ அந்த அடிப்படையில் மருத்துவக் கல்லூரியில் பயிற்சி அளிப்பதன் மூலம் எல்லா மருத்துவ முறைகளையும் அறிந்த உயர்நிலை மருத்துவர்களை உருவாக்க

★ அனைத்து மருத்துவ முறைகளின் சங்கமமாக ....

★ அனைத்து முறை மருத்துவர்களையும் இணைக்கும் பாலமாக....

SIAMS

For details contact :

SIAMS (SOCIETY FOR INTEGRATION OF ALL MEDICAL SYSTEMS)

170, New Colony, Tuticorin - 628 003. Tamilnadu. Tel : 0461-328871, Email : vasee@doctor.com

ஒருங்கிணைந்த மருத்துவத்தால் ஆரோக்கியமான உன்னத உலகை உருவாக்கி புதிய மருத்துவ வரலாற்றையும் படைக்க அன்புடன் அழைக்கிறோம்.

With Best Compliments from

☎ 576139

RASI MEDICALS

38 - A, Trivandrum Road, Opp. Kali Mark,
Palayamkottai, Tirunelveli - 2.

High BP can be induced & brought back to normal by changing the levels of highly reactive O_2 molecules called FREE RADICALS AND NITRICOXIDE. The multiple antioxidants in the diet with vit. E and C may help to prevent certain types of B.P.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

இயற்கை !

மழை.....
கருப்பாய் பிறந்து விட்டோம்
என்று அழுகிறது..
கார் மேகம்.

வானவில்....
மேகத்தசைகள்
மழையாய் கிழிந்ததும்
''ஆகாய உடலில்'' இரத்தநாளங்கள்
கலர் கலராய்.

இரவுவானம் ...
முகமெல்லாம் கரி
ஆனாலும்,
''நட்சத்திரப் பவுடர்'' பூசி
நிலாப்பொட்டை'' வைத்து
அழகு பார்க்கும்
இரவு வானம்.

வே. கிருஷ்ண காந்தன், II year.

வேற.....

CHAPLIN'S
BELLS & BARRAL
Fashion Importer

துணிந்து வருவீர்!
அணிந்து மகிழ்வீர்!!

L. Cowsil Baskar B.A.,
G. Chandran T.T.

☎ 582138

Opp. S.P. Office, Palayamkottai, INDIA.

With best compliments from

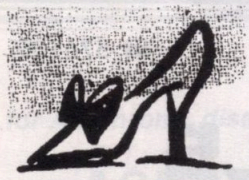
☎ 331712

ராஜா ஸ்வீட்ஸ்

திருநெல்வேலி ஜங்ஷன்

With best compliments from

☎ 322346



NICE WALK

Foot Wear Show Room

Shop No. 3, Nainar International Complex,
Near Central Bus Stand, Tirunelveli Junction - 627 001.

Vitamins paly partial role in BP regulation. Antioxidants are powerful regulators of B.P. This increases NITRIC OXIDE secreates which can reduce BP 50 mm of mercury.

Dr. Nostratola Vaziri, U.K. Irine College of Medicine.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

சிலரின் காதல் வசனங்கள்

இவர்கள் தங்கள் காதலியிடம் எப்படி வசனம் அளப்பார்கள் என்ற கற்பனை இது.

மருத்துவர் : எனது இதயமே நீ தான் அன்பே!

வேட்டைக்காரன் : யானைத் தந்தம் போன்ற உனது பற்களும் சந்தனக் கட்டை போன்ற உனது தேகமும் என்னை மயக்குதடி (மான்) கண்ணே!

வக்கீல் : என் மனதை நீ தான் கொள்ளையடித்தாய் என்பதற்கு ஆதாரமாய் இதோ உன் கைரேகை எனது கன்னத்தில்

அரசியல்வாதி : நீ என்னை காதலித்தால் கரடுமுரடான உனது இதயத்தைச் செப் பணிடுவேன் அன்பே !

வ. செந்தில்குமார், III B.S.M.S.

இனிய இசைக்கு...

தரண் ஆடியோ

★ Cassettes ★ VCD
★ CD's ★ VHS to VCD
★ CD to CD ★ MP3 Players
★ MP3 Sales & Service

ஸ்ரீகணேஷ் காம்ப்ளக்ஸ்,
திருநெல்வேலி - 1.
☎ 339145

With Best Compliments from

Estd. 1934
Phone : 339712

Sri Kerala Ayurveda Vaidyasalai

64-65, East Car Street, Tirunelveli Town.

Dr. R. Balu M.B.B.S., D.A.,
Dr. R. Nellaiappan B.A.,B.I.M.

மஞ்சள் பெருங்குடலில் இருக்கும் 'CLOSTRIDIMIN' 'PERFRINGENIS' போன்ற பாக்டீரியாக்களை அழித்து பெருங்குடலில் காற்று சேராமல் தடுத்து குடலைச் சுத்தமாக வைக்கிறது.

German University.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

கோபால் பல்பொடி

கம்பெனியாரின்
தரமான தயாரிப்புகள்

என்றும் உபயோகியுங்கள்!

Manganese மற்றும் Phosphorus ஞாபகசக்தியை மிகவும் அதிகரிக்கின்றன. தேங்காய் மற்றும் பாதாமில் இந்த தாதுக்கள் மிக அதிகம்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

தன்வந்திரி நிலையம்
ஆயுர்வேத வைத்தியசாலை

தன்வந்திரி பிசியோதெரபி நிலையம்
தன்வந்திரி ஹெல்த் சென்டர்

130, பாலாஜி தெரு, அழகப்பன் நகர்,
மதுரை - 625 003.

மதுரை மாநகரில் ஆயுர்வேத வைத்தியம்

பிணி தீர்ப்பது எங்கள் பணி

டாக்டர் தன்வந்திரி **S. பிரேம்வேல்** B.A.M.S.,

டாக்டர் தன்வந்திரி **S. கார்த்திக் வேல்** B.A.M.S.,

Almighty Showers Light on Ayruveda
Through Dhanwantari
DHANWANTARI NILAYAM, MADURAI - 3.

RBC செல்கள் தனது ஆயுட்காலமான 120 நாட்களில் உடலுக்குள் 1600 கி.மீ. வரை பயணம் செய்து விடுகிறது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

தித்திப்பு

எறும்பு
மொய்க்க கண்டேன்
என்னவள்
சிந்திய கண்ணீரில்

கண்ணீரே இல்ல....

என்ன விலை அழகே?

நிலவிற்கு
வெள்ளை அடிப்பதா?
அன்பே !
உன் முகத்திற்கு
பவுடர் பூசுவதை
நிறுத்தி விடு.

சி. சுபாஷ் பாபு, III B.S.M.S.

பவுடர கூட நாங்க பாத்துக்கறோம்
கவிதைய.... ஹி....ஹி

மண்ணின் மருத்துவம் சித்த மருத்துவமே !

சித்த மருத்துவம் பேணுவோம் !

தமிழர் மரபினைக் காப்போம் !

சித்தர் மருந்துகளையே முதன்மைப்படுத்துவோம் !

இவண்
வாழ்த்துக்களுடன்

SATTHIYAS DRUGS
8/373, Nagaiya Vaithyar Street,
PARAMAKUDI - 623707.
Phone : 21601, 23645

ST. JUDE'S COMPUTER RESEARCH INSTITUTE

Phone : 0462 - 578445
Email : st. judes @ vsnl.com
Web site : WWW.netindia.net.

Offers **ADVANCED COURSES**

- ★ MS - Office
- ★ Visual Basic
- ★ Oracle
- ★ Java
- ★ Advanced web programming
- ★ Auto CAD
- ★ 3 D Studio Max
- ★ Graphics
- ★ Internet its Application
- ★ D.S.A.
- ★ APGDCA

**No. 1, Asirvatham Street,
Murugankurichi, Palayamkottai,
Tirunelveli.**

உலகின் ஒரு பில்லியன் மக்கள் குளியலறை, கழிவறை இல்லாமல் சுகாதார கேடுகளுடன் வாழ்ந்து வருகிறார்கள்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

கூண்டுக்கிளி

என்ன குற்றம் செய்தது
இந்தக் கிளி?
கம்பி எண்ணுகிறது

வ. செந்தில்குமார், III B.S.M.S.

ஆங்.....

VIJAY TAILORS &
VIJAY DRESSES

Thangam Complex,
30, Trivandrum Road,
Palayamkottai.

Specialist in Wedding Suits, Safari

நல்வாழ்த்துக்கள்!

☎ 582517

உடல் வலிமை பெற அன்புடன் அழைக்கிறோம்!

புரூஸ்லீ ஜிம்

(ஆண், பெண் இரு பாலருக்கும் தனி பயிற்சி உண்டு)

3/42, வடக்குத்தெரு, வண்ணார்பேட்டை, திருநெல்வேலி -3.

With Best Compliments from

Praise the Lord

☎ 0462 - 579253

SELVAM STORES

1-D, Salai Street, Vannarpettai, Tirunelveli - 3.

உலகின் நீரின் அளவில் 97.5% கடல் நீராகும். (உப்பு நீர்) 2.5 % நீரே சுத்தமான நீராகும். இந்த குறைந்தளவு நீரிலும் 70% நீர் துருவ பகுதிகளில் பனிப்பாறைகளாக காணப்படுகிறது. 30% நீர் மண்ணுக்கடியில் மறைந்து கிடக்கிறது. 1% குறைவான நீரே ஒட்டு மொத்த மனித சமூகத்திற்கு வந்து சேருகிறது. - *WORLD WATER FORUM*

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

நட்புக்காக

சுற்றி இருப்பவர்கள்
நம்
இதயக் குளங்களில்
கல்லெறிந்து பார்க்கிறார்கள்
நண்பா !
மனதை அலைபாய விடாதே !
உன்
திரும்பிப் பார்க்கா
குணத்தில் தான்
என் மனம்
உன்னைத்
திரும்பிப் பார்த்தது !
பிரிவிற்கு பயந்து
நட்புக்குக் காதலென்னும்
சாயம் பூசாதே !
பற்ற வைப்பது
மட்டும் அவர்கள் – ஆனால்
கரியப் போவது
நாம் மட்டுமல்ல
நம் குடும்பமும் சேர்ந்துதான் !
இதயத்தின் எல்லையில்
நீ இருந்தாலும் – உன்
இதயத்தின் மூலையில்
என் நினைவிருக்கட்டும்
அது போதும் எனக்கு !
அது போதும் எனக்கு !

மலர், III B.S.M.S.

எங்க! மலர்தானே
தவமிருக்கு
வ(ா)ண்டை நாடி...

With Best Compliments from

☎ 585936

TINNELVELLY CT SCAN

3D SPIRAL CT SCAN

Harsha complex, 10/5 Bye pass Road, Vannarpettai, Tirunelveli - 627 003.

☎ 734088

Dr. நயினார்

(கண், பல் கிளினிக்)

Dr. R. சித்ரா நயினார் B.Sc.,B.I.M.,

104, திருப்பரங்குன்றம் ரோடு (கிரைம் போலீஸ் ஸ்டேஷன் எதிர்புறம்)
மதுரை – 625 001.

With Best Compliments from

PRASIDH

PRASIDH Men's Wear ★ Jeans Specialist

PARVATHY SANKER COMPLEX,
177 - A, 12, Trivandrum Road,
Vannarpettai, Tirunelveli.

புத்திசாலிகள் சாப்பிடும் பழம் – வாழைப்பழம். இதன் விஞ்ஞானப் பெயரான Musa Sebiandamத்தின் அர்த்தம்தான் இது.

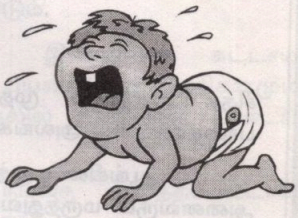
AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

அழுகுரல்

சிந்தனைச் சிதறல்களில்
கோலப்புள்ளிகளாய்
விடிவெள்ளிகள் !
நிலாப் பெண்ணே
சிதறிய புள்ளிகளை
சீர்படுத்த ஏன் தாமதம் !!

இருந்தாலும்...

A. ஜெயந்தி,
IV B.S.M.S.



With Best Compliments from

Dr. E. ARUNKUMAR, M.D.
Dr. V. VENKAT RAMANAN, M.D.
Dr. RAVIKUMAR, M.D.
Dr. P. MURUGA GANAPATHY, M.D.

With Best Compliments from

CARE

PHYSIOTHERAPY, NUTRITION
NEURO DEVELOPMENT THERAPY &
WEIGHT REDUCTION CENTRE

Dr. D. SUNDAR RAJ, B.P.T., D.D.M., M.S (Psy.T) M.I.A.P.,
Secretary, SAIHT Research Foundation, Tamil Nadu.
Masseuer Mensworld, Perumalpuram.

Clinic : Sorna Medical Complex, 143, Trivandrum Road,
Near Murugankurichi Bus Stop, Murugan Kurichi, Palayamkottai.
e.mail:care@indiya.com

சராசரி மனிதன் தன் வாழ்நாளில் 40,000 கிலோ உணவை உண்கிறான்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

MILLENIUM SIDDHA

ARUL II YR

''முதலில் தோன்றியது முடிவில் முடியும்
இடையில் வந்தது இடையிலே போகும்''

சித்த மருத்துவம் முதலிலே தோன்றியது. அது அழியாது, அழிக்க முடியாது. அதன் வளர்ச்சிப் பாதையில் சில அலங்கரிப்புகள், அழகுகள், செய்ய வேண்டியது இருக்கிறது.

ஆங்கில மருத்துவர்கள் சித்தாவை வெறுப்பது, சித்த மாணவர்கள், சித்த மருத்துவர்கள் அனைவரும் மருத்துவர்கள் போல் நடையுடை இல்லாமல் கலைக்கல்லூரி மாணவர்கள் போல் கலக்குகிறார்கள் என்றா? இல்லை ; எங்கே ! சித்த மருத்துவம் நம்மை விட முன்னேறி விடப் போகிறது என்ற பயம் கலந்த போட்டி மனப்பான்மையிலா? இல்லை; சித்த மருத்துகளின் செயல்பாடு மெதுவாக இருப்பதுவும், இதன் அருமை பெருமை தெரியாததுமா? சித்த மருத்துவத்தை நவீனமயமாக்க விரும்பும் ஒவ்வொரு சித்த மருத்துவர்களும் மேற்சொன்னவற்றை தெரிந்து அதன் குறைகளை நிவர்த்தி செய்ய முயல்வோம் !

இன்னும் மறைந்திருப்பவை :

1) வர்மம் மற்றும் அடங்கல் மேலும் இதன் பிரிவுகள்
2) மாந்திரீகம் (சித்து வேலைகள்) மற்றும் மூடப்பழக்கங்கள்
3) சில ஞான மார்க்க நெறிகள் (யோகம், சித்திகள்)
4) சித்தரின் அறுவை சிகிச்சை மற்றும் ஒடிவு, முறிவு சிகிச்சை
5) முப்பு மற்றும் ஜீவ, தாது மருந்துப் பொருட்கள்.

சில யோசனைகள் :

1) Intrathecal Injection செலுத்தி அறுவை செய்யும் நோயாளிகளில் ஒருவர் விடாமல் எல்லோருக்கும் உடல் பருத்து, B.P. Sugar, மூட்டு வலி முதலிய நோய்கள் harmonal variation ஆல் வருவது நூற்றுக்கு நூறு உண்மை. எனவே வர்மம், அடங்கல் இவைகளைப் பயன்படுத்தி மயக்க நிலையை அடைய வைக்க முடியுமா? என்பது பற்றிய ஆய்வு செய்ய வேண்டும்.

2) Coma என்ற நிலையில் உள்ளவர்களுக்கு அடங்கல் பரிகாரம் செய்ய முயற்சிக்கலாம்.

3) சில விபத்துக்களில் அகப்பட்டவர்களுக்கு வர்ம அடி ஏற்படும் போது, ஏற்படும் விளைவுகளை, Paralysis என்றோ Cerebral thrombosis என்றோ குழம்பாமல் அதற்கேற்ற சிகிச்சையை அடங்கல் முறைப்படி செய்யலாம்.

4) மாந்திரீகம் மற்றும் மூடபழக்கவழக்கங்களின் மொத்த உருவம் தான் சித்தம் என்பது சிலரது கருத்து. எனவே இவற்றில் எந்த அளவு உண்மை உள்ளது என்பதை அறிவியல் பூர்வமாக ஆராய்ந்து சித்தாவுக்கு நற்பெயர் தேட வேண்டும்.

5) நமது கல்வி முறை கேலிக் கூத்தாக உள்ளது. 1936 – ம் ஆண்டு இறையாட்சியாளரால் சென்னையில் வெளியிடப்பட்ட குணபாடத்தை படித்து கொண்டிருக்கிறோம். ஆனால் இண்டர்நெட்டில் மூலிகைகளின் மருத்துவச் செய்திகளைப் பற்றி உலகோர் படிக்கும் போது, அதை மருத்துவ மாணவர்களாகிய நாம் படிக்க ஏற்பாடு செய்ய வேண்டும்.

காலையில் தாமதமாக எழுந்து இரவு தாமதமாகச் செல்லும் பழக்கம் உள்ளவர்களுடைய மனதின் வேகமும் ஞாபக சக்தியும் அபாரமாக உள்ளது. - Dr. Robert scientist, Sydney University.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

6) பாடத்திட்டத்தில், மறைந்திருப்பவைகளாக கூறப்பட்டவைகளை (வர்மம், அடங்கல், ஒடிவு, முறிவு) விரிவாக படிப்பதுடன், செய்முறை வகுப்புக்களுக்கும் விரிவாக நடத்தப்பட வேண்டும்.

7) சித்த வைத்தியம் என்பது மூலிகை வைத்தியம் அல்ல. ஆனால் மூலிகை வைத்தியம் என்பது சித்ததின் ஒரு சிறு பிரிவே. மற்ற தாது, சீவம், யோகம், தியானம் முதலியவைகளை நவீன ஆய்வுக்கு உட்படுத்தி உலகறிய செய்ய வேண்டும்.

8) Emergency, Antidote, First aid மற்றும் Vaccination இவைகளை கட்டாய பாடத்திட்டமாக நமக்கு தருவதுடன் அதிகாரப் பூர்வமாக இதை பயன்படுத்த அதிகாரமும் வழங்க தமிழக சித்தா வளர்ச்சி துறையை கேட்க வேண்டும். முதலில் நாம் ஒரு டாக்டர்; அவர் மேற்கண்டதை செய்யலாம்; பிறகு தான் நாம் ஒரு சித்தா டாக்டர்.

9) பழையகால ஏடுகளை படிக்க எழுதி சிறப்பு வகுப்புகள் நமக்கு நடத்தப்பட்டால் கிராமங்களில் மறைந்து கிடக்கும் ஏட்டுத் தங்கத்தை வெளிக் கொணரலாம்.

10) தமிழ்நாட்டில் 10 கல்லூரி வைப்பதுவும் வெளி மாநிலத்தில் ஒரு கல்லூரி வைப்பதுவும் சரி சமம். எனவே பிற மாநிலங்களுடன் தொழில் ஒப்பந்தம் செய்வதைப் போல சித்த மருத்துவ கல்லூரிகளை அமைக்க தமிழக அரசு ஏற்பாடு செய்யலாம்.

11) சித்த மருத்துவர் எப்படி மூலிகை பண்ணை வைக்கலாமோ, அப்படியே மருத்துவ விலங்குகளை (சீவம்) வளர்க்க நமக்கு அரசு அனுமதி அளிக்க வேண்டும்.

எ.கா. மயில், உடும்பு, சில வகை பாம்புகள், மான், முதலை

12) அரசு விழாவின் போது சித்த மருத்துவ மூலிகைகளை நடுவதற்கு ஏற்பாடு செய்யலாம்.
எ.கா. வேம்பு, புங்கு, அசோகு, மாவிலிங்கம், குடசப்பாலை.

☎ 337381

ஸ்ரீ தேவி பாலி கிளினிக்

60, பெரியார் தட்டார்க்குடி தெரு, திருநெல்வேலி ஜங்ஷன்.

[E.C.G. வசதி அமைந்தது]

ஞாயிறு ஆஸ்பத்திரி உண்டு

With best compliments from

✆ 333636

L.Arul Amuthan. III B.S.M.S.

SAYEE X-RAYS &

SAYEE CLINICAL LABORATORY

No. 61, Perumal North Car Street,
TIRUNELVELI - 627 001.

காலையில் மிகத் தாமதமாக தங்கள் பணியினை ஆரம்பிப்பவர்கள் விரைந்து முடிவெடுப்பவராகவும், நல்ல ஞாபக சக்தி உள்ளவராகவும் இருக்கிறார்.

American Airforce

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

13) சித்த மருத்துவத்தில் மன, மத தாக்குதல்களை களைந்து விட்டு மருந்தை மட்டும் பாடத் திட்டமாக வைக்க வேண்டும். இறை மருத்துவம் என்றால் கூட மத ரீதியான கட்டுக்கதைகளை அவிழ்த்து உள் இருக்கும் அறிவியில் உண்மையை காண வேண்டும்.

15) நாம் நாகரீக உலகில், நகரத்தில் படிந்திருந்தாலும், கிராமங்களுக்கு சென்று அவர்களின் அனுபவ மருத்துவம் மற்றும் வைத்தியர்கள். ஆசான்களின் அனுபவம், ரகசியங்களை அறிந்து கொள்ள முயற்சிக்க தயங்கக் கூடாது.

''புல்லறிவு பெற்று விட்டால் பல்கடித்தல் ஆகாது''

முடிவு :

''கூடிவாழ்ந்தால் கோடி நன்மை'' சித்த மருத்துவர்கள் கூடி வடி தாடிதான் வளர்க்கிறார்கள். எனவே இந்த கூட்டத்தில் மற்ற துறையினரையும் சேர்த்து, வேலைகளை பகிர்ந்து கொடுப்பதால் ஆராய்ச்சிகள் துரிதமாக நடக்கும்.

TNGST. No. 5580657
CST. No. : 453647 Dt. : 2-7-91
☎ 334123
R.P.K. EXPORTERS
RPK STOP And SHOP
52/C/18, RAJA BUILDINGS, TIRUNELVELI - 627 001.
Mfrs. : Quality Bags, Suit cases & Gift Articles

S.R. MEDICALS
மதுரை ரோடு, சந்திப்பு பேரூந்து நிலையம்.
அனைத்து வகையான S.K.M. தயாரிப்பு மருந்துகள், சித்தா மற்றும் ஆயுர்வேத மருந்துகளும் கிடைக்கும்

With best compliments from
Prop. T. MUTHU SELVAN, D.Pharm.
Cell : 98430-58914
Fax : 0462-337678
✆ : 322118, 336242
TRUPTHI CABS
Tourist Car & Van Opeators
170, High Road, Tirunelveli Junction

போக்குவரத்தினால் ஏற்படும் இரைச்சல் மனித உடலில் பல ரசாயன விளைவுகளையும், இரத்த சுழற்சியில் மாற்றத்தையும் ஏற்படுத்துகிறது. இதனால் இரத்த அழுத்தம் அதிகமாகிறது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

பிரிவிற்கு ஒரு பிரிவு

தனித் தனிச் சொல்லாய்
நுழைந்த நாம் – கூடித்
தீந்தமிழ் வார்த்தையாய்த்
திகழப் போகும் வேளையிலே
பிரிவென்னும் பிழை
புகுந்திடுமோ? – அது
உறவென்னும் வலை
அறுத்திடுமோ?

வாத பிரதிவாதங்களில்
வாழ்ந்திருந்தோம் – முதலாண்டு
தானென்ற அகங்காரத்தில்
தலைக்கேறிய பித்தத்தில்
தாள்கள் கிழிந்தன – தேதித்
தாள்கள் கிழிந்தன ! –
இரண்டாமாண்டு
பழகத் தொடங்கினோம்
மூன்றா மாண்டில் ;
நெஞ்சடைக்கும் கபம் போல்
இதழடைத்தது ஈகோ !
இதழ் விரித்து
சொல்லுரித்த போது
சட்டென நகர்ந்தது
நான்காமாண்டு !
அன்பான உள்ளங்கள் பல
அடையாளம் தெரிந்ததே
ஐந்தா மாண்டில் தான் !

இத்தனை அன்பா?
இழந்து விட்டோமே என
வருந்துகிறது மனம்
பழகாத நாட்களை எண்ணி !
நம்
தோற்றக் கிரமத்தில்
இது ஓர் பிராயம் !
நாம்
பிரிய வேண்டியது கட்டாயம் !
உடற்கூறும் உடல்தத்துவமும்
ஓராண்டில் புரிந்திட்ட நமக்கு
மனோ தத்துவம் புரிய
ஓரைந்தாண்டாகி விட்டது !
இது
அன்பென்னும் சீவநதிக்கு
அணை கட்டும் நேரம் !
வாழ்க்கை என்ற நூலகத்தில்
இனி பயிலப் போவது
பிரிவென்னும் நஞ்சு நூல் !
ஆகவே நண்பர்களே
மாதங்கள் சில பாக்கி – அதில்
பேதங்களைப் போக்கி
பிரிவென்னும் சொல்லை
அறுவை செய்து
பிரித்து வைப்போம்
நம்மிடமிருந்து !

பின் புத்தி ? !!

எம். எம் . நெவ்ரோஸ் பேகம், III B.S.M.S.

Prop. Rtn. H. MANGILAL

Off : 333521, 333001
Resi : 33421

RAJESH ELECTRICALS

43, Raja Building, Tirunelveli Junction - 627 001.

*இலந்தைப் பழத்தில் உள்ள **Glutamic Acid** என்ற சத்துப்பொருள் மூளையை தீவிரமாக இயங்கச் செய்யும். இதன் அரிய குணங்கள் வயிற்றுப் போக்கு, சீதபேதி, கல்வாயுப்பிடிப்பு முதலிய நோய்களைப் போக்க வல்லது.*

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

கலைஞன்

இரா. ஆ. செந்தாமரை, Pre final

வள்ளுவனை வடித்த சிற்பி – இதயம்
சொல்லுமுயிர் வாழும் வரை;
தெள்ளுத் தமிழ்க் காவியத்தை – எட்டு
திசை முட்டும் வாழவைக்க
கன்னிக்குமரி மடிதனிலே – அலை
முத்தமிழும் ஒலமிட்டு வாழ்த்துகின்ற
எங்கள் குல வள்ளுவர்க்கு – சிலை
நூறு முப்பத்து மூன்றடியில் எழுப்பி
''எங்கும் தமிழர்க்கு பெருமை தந்த கலைஞன்
என்னும் புகழ் நிலைத்திருக்கும்!

அறத்தில் பொருள் கண்டு – நன்
மறத்தில் இன்பம் பெற்று; தமிழ்த்தாய்
கரத்தில் மூத்தமகனாய் – நல்ல
மனத்தில் கடல் ஒவியனாய் வள்ளுவனைக் காண
ஏசுவருவான் இரண்டாயிரத்தில்– வள்ளுவம்
பேசி மகிழ்வதற்காக வென்று ;
போதிமரமாம் அந்தகுறள் ஒவியனுக்கு – எல்லாம்
ஆதி பகவன் முதற்றன்றோ...
எங்கள் ஆதி முனிவனுக்கிந்த பெருமை
அள்ளித் தந்ததிந்த கலைஞனன்றோ !!

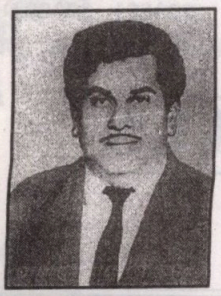
முன்றாவது தலைமுறையாக, உங்களுக்காக சேவை செய்ய காத்திருக்கும்
எங்கள் நிறுவனம்

பெ. கிருஷ்ணசாமி சன்ஸ்

தமிழ் (நாட்டு) மருந்துக்கடை

21, பெருமாள் மேலரதவீதி, திருநெல்வேலி ஜங்ஷன் - 627 001.

குறிப்பு : வைத்திய ஆலோசனை வழங்கப்படும்! H.O. காரைக்குடி



With Best compliments from

சித்த வைத்திய திலகம்

லயன் Dr. S. காளிமுத்து MJF., R.M.P. (IND)., R.A.M.P., RH.M.P.

நிரந்தர அரசாங்க பதிவு பெற்றவர்

அகில உலக அரிமா மாவட்டத் தலைவர் - 324 பி

பழனி வைத்தியசாலை, (Regd.) பழனி - 624 601

போன் : 42630-42361-42316-42420

முதுகுவலியால் இலட்சோப லட்சம் மக்கள் பாதிக்கப்படுவது பிரிட்டனில்தான். பிரிட்டனில் ஒவ்வொரு ஆண்டும் 1-3 மில்லியன் வேலை நாட்கள் வீணாகப் போகின்றன.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

உலகத்திற்காக ...

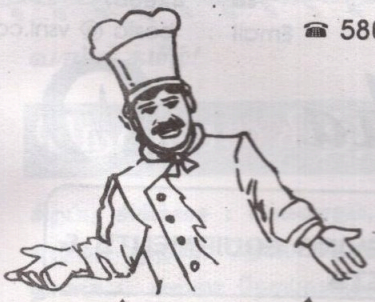
- ந. அபிராமி, Final B.S.M.S.

உலகத்திற்காகவது
உலக மக்களுக்காவது
உலக மக்களில் ஒருவருக்காவது
உனது செயல்கள்
உறுதுணையாய் இருக்கட்டும்.
நீ
விழுந்தால்
மண் செழிக்கப் பயனாகும்
மழையாய் விழு
எழுந்தால்
இருளை அகற்றும்
இன்ப தீபமாய் எழு
அழுதால்
இல்லாரின் துன்பங்களுக்காய்
இறைவனிடம் அழு
சிரித்தால்
உலகத்தின் நன்மைகளுக்காய்
உள்ளம் மகிழ்ந்து சிரி
நடந்தால்
மகாத்மாவின் பாதையில்
மனம் விரும்பி நட
அமர்ந்தால்
கம்பன் போல்
கவிதை இயற்ற அமர்
படுத்தால்
சிந்தை தெளிவாக்கும்
சிரத்தையுடன் படு
கண்களை மூடினால்
கடவுளை தியானிக்க மூடு
கண்களைத் திறந்தால்
கவின்மிகு காட்சிகள்
காணத்திற
உன் விரலின் நுனி கூட
வையகம் வாழ்வதற்காய்
அசையட்டும்.

உலகம் அழிந்து விடுமென்று
யார் சொன்னது?
உலகத்திற்காக நீ வாழ்
உலகம் உனக்காக வாழும்
உன்னைப் போல்
உலகத்திற்காக வாழ்பவர்கள்
வாழும் வரை வாழும்.

எச்சுச்மீ .... உங்க
கவிதைய.... ஹி ...ஹி....
உலகத்துக்காக ஹி....ஹி

☎ 580433



சேது மெஸ்

(சைவம்)

228, திருச்செந்தூர் ரோடு,
பாளையங்கோட்டை.
திருநெல்வேலி - 627 002.

With Best Compliments from

☎ 333274
333275

NELLAI LODGE

Boarding & Lodging

174, S.N. High Road,
Casim Avenue,
TIRUNELVELI - 627 001.

"SICK ENZYME" என்னும் ஒரு வித புரதச்சத்து; வேதியல் வினையை அதிகப்படுத்துகிறது. இது பெண்களது மார்பில் காணப்படுகிறது. இதுவே மார்பக புற்றுநோய்க்கு காரணம்.

Scientists France.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

என்னடா சுதந்திரம்

S. சாந்தி, Pre Final.

ஆகஸ்ட் - 15 விழிகளில் அருவிகள் விழ வைக்கும் வீரர்களின் நினைவுகளும், விடு தலைக்கு மடிந்த வரலாறுகளும் மலை போல் இருக்க, நம் உள்ளத்தில் நம்முடைய இனத்திற்குப் பெயர் ''இந்தியன்'' என்று நினைக்கத் தொடங்கி விட்டோம். இருப்பினும், அனைருவருக்கும் ''சுதந்திரம்'' அடைந்து விட்டோம் என இனிப்பு கொடுத்து, இன்புற்று இருக்க நம் உள்ளத்தில் உணர்வே இல்லை ! இது ஏன்?

புழுதியின் மத்தியில் புழுங்கி கொண்டிருக்கும் இந்தியனே, சற்று சிந்திந்துப் பார்! ''இரவினில் பெற்றோம் சுதந்திரம். அதனால் தான் விடியவில்லை. சரி பகலில் பெற்றிருந்தால் என்ன சாதித்திருப்பாய் ! பார் ! பாரெங்கும் ஊழல்.

ஆயிற்று, 50 ஆண்டுகள், பாரதத்திற்கு வழிகாட்ட, பாரதியின் ஏக்கங்கள் அரசியல் அரக்கனின் கைக்குப் போன விளக்கில் விட்டில் பூச்சியாக விழுந்து மடிந்துள்ளது. அன்று தேசத்தை பாரதி நேசித்த போது பசி அவர் வயிற்றைச் சுரண்டியது. இன்று தேசத்தை நேசிப்பதாக காட்டிக் கொள்பவர்களின் பசி தேசத்தை அல்லவா சுரண்டிக் கொண்டுள்ளது?

மகாத்மா, கிராம ராஜ்யம் என்றார். இதோ இன்று இந்திய கிராமங்களில் கள்ளச் சாராயம் கொடி கட்டிப் பறக்கிறது. மகாத்மா அன்று உப்புக் காய்ச்சாமல் இருந்தால் இன்று நீ சாராயம் காய்ச்ச சுதந்திரம் இருக்காது. வறுமை நம் வாழ்க்கையோடு உரசிப் பார்க்கிறது. இந்திய தேசத்தை நம் இதயங்களில் சுமக்கிறோம் இருப்பினும் நம் கந்தல் ஆடைகளை கவனமுடன் பாருங்கள் அதில் தெரிவது வறுமையல்ல நம் தேசத்தின் வரைபடம். ''மதங்களை உண்டு பண்ணி மனிதர்களை மரிக்கச் செய்யும் மனித இனமே முதலில் நல்ல மனங்களை உண்டு பண்ணுங்கள்.''

வரன் வாங்கும் வியாபாரச் சந்தையில் ஏலமெடுக்க முடியாமல், ஓலமிடும் அப்பாவிப் பெண்கள் இன்னும் எத்தனையோ உள்ளனர்.

With Best Compliments from

☎ : 428667
Email : bestc @ vsnl.com

Quality
Realiablity
Safety

Amirtha

Manufacturers of
ACUPUNCUTRE STIMULATORS, PAIN RELEVING EQUIPMENTS & HEALTH CARE PRODUCTS

- ★ 2, 4, 6.... 12 Chennal stirs.
- ★ Sexual Therapy ins.
- ★ Bio - Feed back ins.
- ★ Needles (.5, 1, 1.5 chun)
- ★ Acu-pulser, Point Detector
- ★ Depression Control ins.
- ★ M.B.T. ins.
- ★ Alpha Wave Generator

and also avail Acu books chart and all size of magnets.

For Details contact : 24 Hours Service

AMIRTHA BIOEQUIPMENTS COMPANY

35 - B, Round Road, Opp. Naidu Mahajana Mandapam, Dindigul - 5. TamilNadu.

மண்குளியல் சிகிச்சை முறை - சிறுகுறிப்பு: உடலில் இருக்கும் அனாவசியமான நீரை உறிஞ்சுகிறது. விஷப்பொருட்களை வெளியேற்றுகிறது. சரும வியாதியை கட்டுபடுத்துகிறது. இரத்த ஓட்டத்தை சீர்படுத்துகிறது. இதன் மகத்துவத்தை முழுவதையும் அறிந்தவர் கிரேக்கர்களும் எகிப்தியர்களும் ஆவர்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

சோலை வண்டுகள் தேன் குடிப்பதைக் கூட கலைக்க விரும்பாத கலாச்சாரம் வளர்ந்த தேசம். இன்று பூக்களின் தலையில் பெட்ரோல் ஊற்றி விட்டுத் தீப்பெட்டி தேடுகிறது. பெண் என்றால் சரித்திரம் என்ற நிலைப் போய் தரித்திரம் என்ற நிலை ஏன்?

இரத்தம் குடிப்பதற்காய் யுத்தம் நடத்தும் மனித சாதியே சுதந்திரம் வாங்கு அரை நூற்றாண்டு ஆகியும் அடங்க வில்லை உன் ஆர்ப்பாட்டம்.

தமிழனின் கலாச்சாரம், இந்தியனின் ஒற்றுமை, மனிதனின் மனித நேயம் தொலைந்து போன இவைகளைத் தேடியதில் 20ம் நூற்றாண்டு தொலைந்து விட்டது. இனியாவது மனிதன் மனித நேயத்தைத் தேடட்டும்.

இந்த 21 ஆம் நூற்றாண்டின் இதயமும், இயக்கமும் நாங்கள் தான் என இறுமாப்புக் கொள்ளும். என் சகோதரனே

இந்த நூற்றாண்டிலாவது விதையூன்ற தடையாக உள்ள சாதிக் கழுகுகளைக் கொன்று விடு பாண்பாடுகளை வேரறுக்கும் எய்ட்ஸ் மலிய இடம் தராதே. விழிகளில் பல கனவுகளை ஏக்கத்துடன் சுமந்து கொண்டிருக்கும் என் தோழனே விழிப்புடன் இரு, வெற்றி நிச்சயம் உன்னைச் சேரும். எந்தத் தொழிலையும் இன்முகத்துடன் செய் ஏற்றும் பெறுவோம். நம்பிக்கையோடு நடை போடுவோம்.

வாழ்க வையகம்! வாழ்க வளமுடன்!

ஸ்ரீராம் ராகவேந்திரா

ஸ்டுடியோ & வீடியோ

★ வீடியோ சூட்டிங் ★ வீடியோ ஸ்பாட் மிக்ஸிங் ★ கலர் போட்டோக்கள் ★ டிஜிட்டல் போட்டோக்கள்
★ B/W போட்டோக்கள் ★ என்லார்ஜ்மெண்ட் ★ பிலிம்பிராஸஸ் & பிரிண்டிங் ★ லேமினேசன்

16, பெருமாள் மேலரதவீதி, திருநெல்வேலி - 1 ★ H.O. 23A, பெருமாள் மேலரதவீதி, திருநெல்வேலி - 1

வாழ்க தமிழ்! வளர்க சித்த மருத்துவம்!!

நெல்லை சித்த வர்ம ஆலோசனை மையம்

சிறப்பு சிகிச்சை : பக்கவாதம், முடக்குவாதம், கழுத்து வலி, இடுப்பு வலி, மூட்டுவலி, எலும்பு முறிவு, தோல் நோய்கள், ஆஸ்துமா, குடல்புண், மூலம், தலைவலி மற்றும் நாள்பட்ட எல்லா நோய்களுக்கும் சிகிச்சை அளிக்கப்படும்.

வர்ம முறைப்படி தடவு முறை, மூலிகை நீராவிக் குளியல், எலக்ட்ரானிக் டிராக்ஸன் ஆகிய சிறப்பு முறையில் சிகிச்சை அளிக்கப்படும்.

தங்கும் இடவசதி உண்டு

டாக்டர். ந. கபிலன் M.D. (s)

2, ரேனியஸ் தெரு, காளிமார்க் அருகில், முருகன்குறிச்சி,
பாளையங்கோட்டை, திருநெல்வேலி - 627 002. போன் : 582555

இதய நோயாளிகள், இரத்தக்குழாய் அடைப்பினால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் மீன் உணவு அதிகம் உண்ண வேண்டும். இதில் Protein, Fe, Vit. B அதிகம். கடல் மீன்களில் Ansatsuraetat என்ற அமினா அசிட் அதிகமுள்ளது. இது இரத்தம் கட்டியாகும் தன்மையைக் குறைக்கிறது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

K.V. நயினார் வாழ்க வளமுடன் ☎ 572232

ஹோட்டல் கார்த்திக்

உயர்தர அசைவ உணவகம்

177/4, திருவனந்தபுரம் ரோடு,
வண்ணார்பேட்டை,
திருநெல்வேலி - 3.

9/3, திருச்செந்தூர் ரோடு,
பாளை மார்க்கெட் சமீபம்,
பாளையங்கோட்டை.

வாழ்க தமிழ் வளர்க சித்த மருத்துவம்

முரளி சித்தா கிளினிக்

15, தெற்கு மாசி வீதி, (மாடியில்)
தென்காசி.

சிறப்பு சிகிச்சை :

பக்கவாதம், ஆஸ்த்மா, நீரழிவு, மூட்டுவலி, தோல் மற்றும் சீறுநீரக நோய்கள்

பார்க்கும் நேரம் :

காலை : 12 a.m. to 2 p.m.
மாலை : 6 p.m. to 8.30 p.m.

Dr. S. கனிராஜா M.D. (S)
மாவட்ட தலைமை மருத்துவமனை,
தென்காசி.

தாய்ப்பால் அருந்தும் குழந்தைகளுக்கு மூளையின் செயல்திறன் மற்ற குழந்தைகளை விட அதிகம் காணப்படும். தாய்ப்பாலில் காணப்படும் என்னும் இரசாயனப் பொருள் மூளையின் வளர்ச்சிக்கு பெரிதும் உதவும். தாயின் அரவணைப்போடு வளரும் குழந்தைகள் பிற குழந்தைகளை விட ஞாபகசக்தி மிகுந்ததாக காணப்படுகிறார்கள்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

நல்வாழ்த்துக்கள்!

அருணகிரி சிட்பண்ட் (பி) லிட்.,

போன் : 339760

ஹோட்டல் அருணகிரி (லாட்ஜிங்) A/c

போன் : 334553, 334554, 334821, 334825, 334826

அருணகிரி தியேட்டர்

போன் : 339664

உமா கம்ப்யூட்டர் கலர் ஜெராக்ஸ், திருநெல்வேலி.

போன் : 339760

நல்வாழ்த்துக்கள்! ☎ 574229, 580474

கார்த்திக் மெடிக்கல்ஸ்

1-E, சாலைத் தெரு, வண்ணார்பேட்டை.
திருநெல்வேலி - 3.

With Best Wishes ☎ 576139

B.B. MEDICALS

1-D, Salai Street, Vannarpettai,
Tirunelveli - 3.

குளிர்காலத்தில் பருவநிலை மாறுதலால் நமது இதயம் மிகவும் சிரமப்பட்டு வேலை செய்கிறது. O_2 நிறைய தேவைப்படுகிறது. அதே நேரத்தில் கொலஸ்ட்ரால் ஒருமுகப்படுத்தப்பட்டு அதிகரிக்கிறது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

தேசிய சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி மையம்

– ஒரு கண்ணோட்டம்

தேசிய சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி மையம் நம் கனவாகவே 15 ஆண்டுகள் இருந்தது. அந்த கனவு இப்போது நனவாகி விட்டது. ஆம் சென்னையில் தேசிய சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி மையத்திற்கு அடிக்கல் நாட்டப்பட்டுள்ளது.

ஆனால் சித்த மருத்துவ மாணவர்களின் கனவுகள் விரிவடைய ஆரம்பித்து விட்டது. தேசிய சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி மையத்தின் செயல்பாடு பற்றிய கனவு ஆரம்பித்து விட்டது.

1) சித்த மருத்துவத்தை அறிவியல் ரீதியாக செயல்படுத்த வேண்டிய முயற்சிகள் எடுப்பது.

2) உலக அரங்கில் உலக மருத்துவ மையமான (WHO) வில் அங்கீகாரம் பெறுவது.

3) மூலிகை ஏற்றுமதிக்குரிய வாய்ப்புகளை ஏற்படுத்துவது.

4) ஆய்வு நோக்கில் மூலிகைகளை எடுத்து ஆய்வு செய்து காப்புரிமை பெறுதல்

5) மிகவும் அரிய மூலிகைகளை பாதுகாப்பது

6) சுதேசி அரசான மைய அரசை சித்த மருத்துவ வளர்ச்சிக்கு முக்கியத்துவம் அளிக்க வற்புறுத்தல்.

7) ஒவ்வொரு மூலிகையிலும் உள்ள ALKALOID ஐ கண்டறிந்து அதன் மருத்துவ திறனை கண்டறிந்து நோய் தீர்க்கும் திறனை அறிவியல் ரீதியாக கண்டறிதல்

8) பற்பங்கள் செந்தூரங்களை ஆய்வு செய்து அவைகள் சிறு நீரகத்தை செயலிழக்க வைக்கும் என்ற ஆங்கில மருத்துவர்களின் கூற்றை தவிடு பொடியாக்குவது.

9) சித்த மருத்துவ பாடங்களை ஆய்வு நோக்கில் செயல்பட வைக்கும் வகையில் மாற்று அமைப்பது.

10) சித்த மருந்துகளின் செயல்பாட்டை (வீரியம்) அதிகரிக்க ஆய்வு செய்வது

With best compliments from

574775
585258

Donate Blood ! Save Life !

★ 24 Hours Service

BETHEL BLOOD BANK

(GOVERNMENT APPROVED)

17. Tiruchendur Road, Next to Canara Bank,
Murugankurichi, Palayamkottai, Tirunelveli - 627 002.

Reserve Type ஆக உள்ள குழந்தைகளுக்கு கீழ்கண்ட நோய்கள் ஏற்படலாம் என்று மருத்துவர்கள் கூறியுள்ளனர். 1) திக்குவாய் 2) காது கேட்கும் திறன் குறைவு 3) இதயவால்வு குறைபாடு 4) தாழ்வு மனப்பான்மை

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

11) பழம் பெறும் சித்த மருத்துவர்களுக்கு தக்க சன்மானம் அளித்து அவர்களையும் அரவணைத்து சித்த மருத்துவ நன்மையை அறிதல்.

12) பிராணயாமம் ஓர் ஆய்வு செய்தல்.

13) யோகாசனம் – சித்த மருத்துவ அங்கம் என்று நிரூபித்து அதனை அறிவியல் ரீதியில் நோய்களை நீக்கும் என்று நிரூபித்தல்

14) அழிந்து வரும் வர்மத்தை பற்றிய தகவல்களை சேகரித்து ஆய்வு செய்தல்.

15) உலகம் முழுவதும் 25,000 கோடி டாலர் அளவுக்கு நடக்கும் மூலிகை வணிபத்தில் இந்தியாவின் பங்கீட்டை அதிகரித்து முதலிடம் பெறச் செய்தல்.

16) ஆய்வு நோக்கில் செயல்படும் மருத்துவர்களை நியமித்தல். பிற துறைகளை சேர்ந்த ஆய்வு மாணவர்களுக்கு அனுமதி தருதல். Ex. Agri, Bio-chemical, Microbiology ஆகியவற்றில் பட்டம் பெற்றவர்களை ஆய்வு செய்ய அனுமதிப்பது.

17) ஆய்வு செய்வதற்கு தேவையான அனைத்து வசதிகளையும் நவீனமுறையில் செய்து தருதல்.

M. BASKAR,
Pre - Final

St. ஜோசப்ஸ்

14, சிவன் தெற்கு ரத வீதி,
பாளையங்கோட்டை.

பேக்கரி
ஸ்வீட்ஸ்
ஐஸ் கிரீம்ஸ்
கூல்டிரிங்ஸ்

574961
573606
577880

உரிமை : A. இருதயம்

☎ 584190

RAJA SWEETS
H.O. 12, Bus Stand Building,
Tirunelveli -1. Ph. 331712

Raja Sweets & Bakery
152-153, Tiruchendur Road,
Palayamkottai.

CAKE SPECIALISTS

Phone : 333980, 334005
Fax : 0462 - 338262
E-mail : balas @ vsnl.com

KIDNEY CARE CENTRE
SUBRAMANIAM NURSING HOME
MADURAI ROAD, TIRUNELVELI JUNCTION.

Risk of dying in Cancer & Heart disease is reduced. By taking multivitamin with an Antioxident A, C or E. daily. - American Journal of epidemology

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

இறை மருத்துவம்

பன்னூறு ஆண்டுகளுக்கு முந்தய நம் பராம்பரிய மருத்துவம் நம் சித்த மருத்துவம்.

கடினங்களையும் எதிர்விளைவுகளுக்கும் அஞ்சிய பொழுதுகளில் ஐரோப்பிய அமெரிக்க நாடுகளும் இயற்கை தரும் அரிய மூலிகைகளை மருந்தாக்கும். நம் முறைகளிலே ஆர்வம் காட்டுவதில் ஐயப்பாடில்லை.

"உணவே மருந்து ம்ருந்தே உணவு" என்பதனை மூலமந்திரமாய் கொண்ட சித்த மருத்துவத்தில் இயற்கையின் படைப்பில் நமக்கு உணவு எவ்வாறு சிருஷ்டிக்கப்பட்டதோ அது போன்றே உடல் உபாதைகளைத் தடுக்கும் உபகரணங்களும் சேர்த்தே சிருஷ்டிக்கப் பட்டுள்ளது. நாம் உண்ணும் உணவு (இரை) ஒத்துக் கொள்ளவில்லை எனில் அதற்கு மாற்று இரை (மாத்திரை) தருவதே வழக்கம். இக்கூற்றின் அடிப்படையில் இயற்கை தரும். உணவு தானியங்களே சிலபொழுது. மனித உடல் ஏற்றுக் கொள்ளா நஞ்சாகுமிடத்து அவற்றை நாம் பயன்படுத்தும் எளிய மூலிகைகளைக் கொண்டு முற்றிலும் நீக்கி விட முடிகிறது. (உதாரணமாய்) உண்டால் உயிரைப் போக்கும் அரளி, காஞ்சிரை வித்து, சேராங்கொட்டை போன்றவைகளை நாம் சுத்தித்து மருந்தாக்குமிடத்து இவை நோய் நீக்கி வன்மையுறச் செய்யும் அரிய மருந்தாகிறது.

நோய் நீக்குமிடத்து தற்போதைய நிவாரணம் பெறுமாகில் பயனில்லை. ஆதலே நோயின் வேர் வரை களையப்பட வேண்டும். நோய்க்கு மட்டுமின்றி அது உண்டானகாரணம், உடல் செயலியக்கங்களை சீருறச் செய்வதன் விளைவாக நோயை மீண்டும் உடலில் வரா வண்ணம் தடுப்பதே சித்த மருத்துவத்தின் தத்துவம் ஆகும்.

இவ்வாறு நோயின் வேர் வரை நீக்கும் பட்சத்தில் சித்த மருத்துவத்தின் மருந்துகளின் செயல்பாடு ...

"ஓர் ரோஜா மலரில் வண்டு அமர்ந்து தேனை மட்டும் அருந்திக் கொண்டு எப்படி மலர் வாடிரா வண்ணம் பார்த்துக் கொள்கிறதோ" அதைப் போன்று நம் சித்த மருத்துவத்தில் உடலுக்குத் தீங்கு எழாவண்ணம் நோயை அகற்றும் ஆற்றல் பெற்றது. இவ் இயற்கை மருத்துவம் என்பது தவிர்க்க முடியாத உண்மை.

நோயின் வன்மை எவ்வண்ணம் நம் உடலில் நிலைத்திருக்கிறதோ அல்லது நோய் உடலில் வெளித்

With Best Compliments from

Dr. V. KIRUPANATHA VARI B.I.M.

Singaravel Murugan Hospital,
(Near Head Post Office) Pattukkottai - 614 601.
Thanjavur (Dist.)

மழை நீரின் மகத்துவம் : மழை நீரில் Vit B_{12} காணப்படுகிறது. நரம்பு தளர்ச்சிக்கும் சில வகை Anaemiaகளுக்கும் இது நல்ல பலனை அளிக்கும். Dr. Barker, Washington University.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

தோன்றாது எவ்வளவு காலம் உடலில் தீய விளைவுகளைத் தோற்றுவிக்கப்பட்டிருக்கின்றதே அதன் வன்மையைப் பொறுத்து ''வேர் பார் தளை பார் மிஞ்சினக்கால் மெல்ல மெல்ல பற்ப செந்தூரம் பாரே'' எனும் அரிய தத்துவத்தினை உடலின் தொண்ணூற்றாறு தத்துவங்களை அடிப்படையாகக் கொண்டு அதனை வரைமுறை செய்தமை சிறப்பிற்குரிய நம் மருத்துவத்தில் தான்.

வர்மம் காயகற்பத்தினை வகுத்த சித்தர்கள் மாயையின் கட்டுகளான உடல், மனம், உள்ளம் இவைகளின் ரீதியாய் ஓர் மனிதன் நலமுடனிருப்பதே ஆரோக்கியம் என்றுணர்த்தினர். மன அழுத்தமே தோல் நோய், ரத்த அழுத்தத்தை உண்டு பண்ணும் என்பதிலிருந்து உடல், மனது, அறிவு இவை செழுமையுறச் செய்ய மூச்சுபயிற்சி, தியானம் யோகம் செய்து நரை,திரை,மூப்பு நீக்க வழி கூறியமை, நோயினின்று உடலை பாதுகாப்பதற்கு.

நாம் வீடுகளில் வேம்பு வளர்ப்பது ஐதீகமாய் கருதப்பட்டாலும் அதன் தத்துவம் மறைக்கப் பட்டது. நவீன மருத்துவ அறிவியல் சொல்கிறது வேம்பை சுற்றி 10 மீட்டர் நோய் எதிர்ப்பு ஆற்றல் உள்ளதென்றும் காற்று தூய்மையுறும் என்றும் கூறப்பட்டுள்ளது. இது போல் அரசமரமும், இன்று வேம்பு, மஞ்சளுக்கு அமெரிக்கா காப்புரிமை பெற்றதிலிருந்து இயற்கை மருத்துவத்தை அவர்கள் புரிந்த அளவு நாம் புரிந்து கொள்ளாமலிருப்பது வருந்தத்தக்கதுதானே? தாமரை IV YR.

☎ 337757

Vanitha Process

DIGITAL COLOUR LAB

15 MINUTES SERVICE

பழைய கருப்பு, வெள்ளைப் படங்களை எண்ணிய வண்ணத்தில் படமாக்கும் ஒரே நிறுவனம்.

52C/5C, Raja Building, Near Bus Stand,
TIRUNELVELI - 627 001.

CAPE TYRES
(MRF ACCREDITED DEALER)

☎ 575729

177-A, திருவனந்தபுரம் ரோடு, வண்ணார்பேட்டை,
திருநெல்வேலி - 627 003,

இந்தியாவில் MRF நிறுவனத்தால் முதன்முதலாக நிறுவப்பட்ட MRF SHOW ROOM

எங்களிடம் MRF புதிய டயர்கள் கம்பெனியார் நிர்ணயித்த விலையில் கிடைக்கும்

தேங்காய் எண்ணெயில் உள்ள 'மோனோலாரின்' என்னும் இராசயனம் எய்ட்ஸைக் கட்டுப்படுத்தும்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

SINROME கலை விழா சிறப்புற வாழ்த்துகிறோம்

நிறுவனத் தோற்றம் 1942

☎ 572868

கூட்டுறவே நாட்டுயர்வு!

0.1007 டயோசீசன் கூட்டுறவு பண்டகசாலை லிமிடெட்

பாளையங்கோட்டை, திருநெல்வேலி - 627 002.

ஸ்தாபகர் : பேராயர். ஸ்டீபன் நீல், எம்.ஏ.,

எங்கள் டயோசீசன் கூட்டுறவு பண்டகசாலை 1942ல் ஆரம்பிக்கப்பட்டு கர்த்தருடைய கிருபையால் ஆல்போல் தழைத்து தற்போது 23 கிளைகளுடன் நல்லமுறையில் இயங்கி வருகிறது. திருநெல்வேலி, தூத்துக்குடி மாவட்டங்களில் இயங்கிவரும் பள்ளி விடுதிகளுக்கும், கல்லூரி விடுதிகளுக்கும் நெல்லைவாழ் பொதுமக்களுக்கும் தரமான மளிகைப் பொருட்கள், அழகு சாதன பொருட்கள் நியாயமான விலையில் சப்ளை செய்து வருகிறோம். தொடர்ந்து தங்கள் மேலான ஆதரவை தந்து எங்கள் ஆதரவைத் தொடர்ந்து நல்லமுறையில் நடைபெற உதவும்படி அன்புடன் கேட்டுக்கொள்கிறோம்.

ஞா. ஜெயராஜ் எம்.ஏ., பி.ஜி.எல்.,
கூட்டுறவு சார்பதிவாளர்/செயலாளர்.

யேசுதாசன் C. சாமுவேல் பி.ஏ.,
தலைவர்

உங்களுக்குத் தேவையா?

B.K. AD GIFTS

No. 42, New Lodge, Pallivasal Compound,
Kailasapuram, Tiruneveli Junction. ☎ 0462-575691 (R) 0462-321043 (O)
CELL : 98430-77032

ஸ்டிக்கர், காலண்டர், கீ-செயின், பிளாஸ்டிக் நாவல்டீஸ்
நேம் போர்ட் மிகவும் குறைந்த விலையில் கிடைக்கும்

Hepatitis, PT போன்ற நோய்களை ஏற்படுத்தும் பாக்டீரியா, வைரஸ் களை அழிக்க வல்லது. அறுவை சிகிச்சைக்கு பின் ஏற்படும் புண்களையும் ஆற்றவல்லது.

Dr. Canbera & Dr. Canroda, U.S. Phillipines.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

FOR HIGH CLASS FURNITURES & LIGHTS

CLASSIC FURNITURES & LIGHTS

37, Madurai Road, TIRUNELVELI.
Ph. 330983

With Best Compliments from

MUTHULINGAM TYRES

EXCLUSIVE DEALER IN MRF TYRES

12, 13, Sarah Tucker Complex, Trivandrum Road,
Palayamkottai. ☎ 581068

சபரி மருத்துவ பரிசோதனை நிலையம்

SABARI DIAGNOSTIC CENTRE

செல்வம் தியேட்டர் அருகில்,
டாக்டர் போத்திலிங்கம் கண் ஆஸ்பத்திரி வளாகம்,
பாளையங்கோட்டை, திருநெல்வேலி - 2. ☎ 572383 P.P.

X-RAY **EEG**
SCAN **ECHO**
ECG **CLINICAL PATHOLOGY**
BIOCHEMISTRY

வேலை நேரம் : காலை மணி 8.30 முதல் இரவு 9.00 மணி வரை
(ஞாயிறு மட்டும்) காலை மணி 8.30 முதல் மதியம் 1.00 மணி வரை

With the Best Compliments from

SHANGHAI PICKLES

★ FISH ★ PRAWN ★ GARLIC ★ LEMON ★ MANGO ★ TOMATO
Prepared by Chinese Technology

Manufactured by : **GREEN FARM FOOD PROCESSORS & MARKETING SERVICES**
9/160-D, West Main Road, Mettur Dam - 636401 Salem Dt. Tamilnadu. ☎ (04298) 44922, 44267

With Best Compliments from : **VELLSS I.T.I.**

இளமையாக இருக்கும் போது வைட்டமின் சி உணவு பொருட்களை தொடர்ந்து 10 ஆண்டுகள் உட்கொண்டு வந்தால் பிற்காலத்தில் Cataract வருவது தடுக்கப்படுகிறது.

DAPS UNIVERSITY, U.S.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

பரம்பரை வைத்தியரின் ஏட்டு குறிப்பிலிருந்து....

காயத்திருமேனித் தைலம் (7 மூலிகைகள் அடங்கியது)

இது காயங்களை குணப்படுத்துவதாலும், திருமேனி என்ற மூலிகை சேர்வதாலும் இது இந்த பெயரை பெற்றது என கருதலாம். இத்தைலம் பல முறைகளாக தயாரிக்கப்படுகிறது.

மூலிகை

1. திருமேனி சமூலச்சாறு
2. கெருடகொடி சமூலச்சாறு
3. வேலிப்பருத்தி சமூலச்சாறு
4. குப்பை மேனி சமூலச்சாறு
5. தைவேளை சமூலச்சாறு
6. சங்கன் குப்பி இலை சாறு
7. குறுந்தோட்டி சமூலச்சாறு

நல்லெண்ணெய். – 1 லிட்டர்

வகைக்கு அரைபடி

கடைசரக்குகள்

1. திரிகடுகு
2. சீரகம்
3. இலவங்கம்
4. இலவங்கப்பட்டை
5. சாதிக்காய்
6. சாதிப்பத்திரி
7. இலாமிச்சம்
8. கோஷ்டம்
9. செண்பகமொட்டு
10. தக்கோலம்
11. சுருட்டுக் கறுவா

வகைக்கு 2 கழஞ்சு

பாத்திர பாகம்

1. ஏலம்
2. வங்காள பச்சை
3. பூங்கற்பூரம்

பதம் : மணல் பதம்

செய்முறை

சாறுகளை எடுத்து, நல்லெண்ணெயுடன் சேர்த்து எரித்து வற்ற வைக்கவும். பின் மறுநாள் கடை சரக்குகளை இடித்து தூளாக்கி எண்ணெயுடன் சேர்த்து காய்ச்சி மணல் பக்குவத்தில் இறக்கவும்..

மருத்துவ முறைகள் :

1. இத்தைலத்தை உள் அடி காரணமாக வலி காணப்பட்டால் சிறிது தைலத்தை அனலில் வெதுப்பி பிடி தைலமாக பயன்படுத்தலாம்.
2. எலும்பு முறிவுகளை சீராக கட்ட இத்தைலத்தை வசவு தைலமாக பயன்படுத்தலாம்.
3. காதுவலிக்கு இத்தைலத்தை சிறிது வெதுப்பி காதில் விட காது வலி குணமடையும்.
4. அடிபட்டு காயம் ஏற்பட்டால் அதில் கோழி இறகால் தொட்டு போட்டு வந்தால் காயம் ஆறிவரும்.
5. உள் அடி காரணமாக உடல் வலி காணப்பட்டால் சங்களவு 3 நாள் 6 நேரம் உள்ளுக்கு கொடுத்து வர வலி குறையும்.
6. தலையில் வைத்து குளித்து வர தலை ரோகங்கள் தீரும்.

தொகுத்தவர் :

J.C. STALIN, Pre - Final

☎ 331810

MURUGAN MEDICAL MART

Dealers in all common Drugs and Surgicals

PHARMACEUTICAL DISTRIBUTORS

5, Perumal North Car Street, Tirunelveli - 627 001.

வயதான காலத்தில் குறைந்த உணவு உட்கொள்ளுவதால் ALZEHEIMER'S DISEASE, PARKINSONS DISEASE போன்ற நோய்கள் வருவது தடுக்கப்படுகிறது.

WISCONSIN - MADISON UNIVERSITY.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

PHOBIAS

A.R. RAMESH
Final B.S.M.S.

FEAR OF	CONDITION	FEAR OF	CONDITION
Anything new	Neophobia	Lightning	Astraphobia
Blood	Hemophobia	Men	Adnrophobia
Child birth	Tocophobia	Marriage	Gamophobia
Crowds	Ochlophobia	Medicine	Pharmacophobia
Disease	Pathophobia	Night	nyctophobia
Everything	Panophobia	punishment	poinephobia
Fail	Kakorrhaphiophobia	school	schoolphobia
High objects being on	Batophobia	sex	genophobia
Insects	Entomophobia	Thunder	Astraphobia
Injury	Traumatophobia	voice one's own	phonophobia
hight	Photophobia	water	Hydrophobia
		women	Cynephobia

With Best Compliments

பரமக்குடி சோலைமலை வைத்தியசாலையின்

சோலைமலை

வாதவெட்டித் தைலம்

சகல வலிகள், குதி வலி, முழங்கால் வலி, சூலுக்கு,
ரத்தக்கட்டு ஆகியவைகளுக்கு சிறந்தது.

☎ 23953

SOLAI MALAI VAIDHYA SALAI

H.O. 10/247 RASHTRAPATHY STREET, PARAMAKUDI - 623 707. ☎ 23953

B.O. 69, SOUTH MASI STREET, MADURAI - 625 001. ☎ 744080

'LUETIN' an antioxidant needed for Retina. This Luetin neutralise the damaging effects of Retina due to short wave length light and free radicals (Retinitis pigmentosa) It also improves the vision. This Luetin abundunt in egg yolk and dark greeny vegetables.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

VACCINES

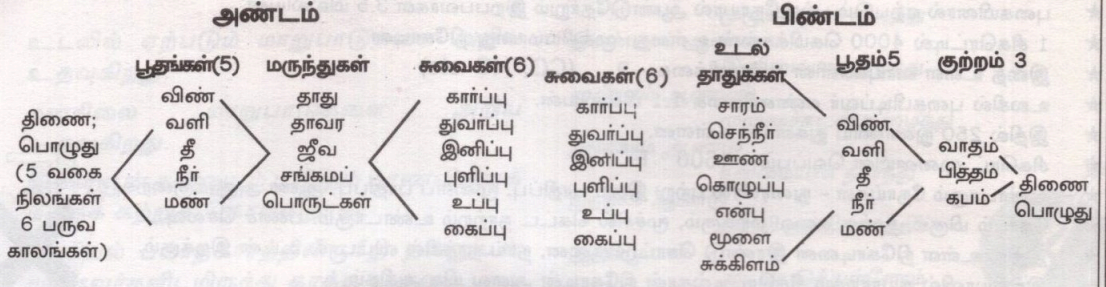
NAME	AGE ADMINISTERED	BOOSTER SCHEDULE
BCG (Bacillus of Calmette & Guerin)	In Epidemic conditions, administered infants as soonas possible after birth	None
CHOLERA	when epidemic condition 3 - 6 mm	Every 3-6 mm for those who remain in epidemic areas
DPT (Diptheria, pertusis, Tetanus)	At 2 mm, 4mm, 6 mon & 15-18 month. A 5th dose may be given at 4-6 year	Tetanus Dipteheria, immunigation esp. people over 50 age. In childhood, 5 doses of Tetanus Toxoid is received, not need after childhood.
HAEMOPHILUS INFLUENZAE	At 2mon, 4 mon, discretionally at 6 mon, & at 12-15 month.	None
HEPATITUS - B	At birth, 2mo, 6-18 mo, or at 1-2 mo, 4 mo, 6-18 mo. All ages if risk is present.	None
INFLUENZA (flu)	All ages	Annually, influenza expect time
MMR (Measles, Mumps Rubella)	12-15 Mo	4-6 yr (or) 11-12 yr
PLAGUE	Recommended who works closly with rodents in plague area, Southeast Asia	Do as age administered
PNEUMOCOCCAL VACCINE, POLY VALENT	should not be given to children under age 2 or to pregnant lady	None
TYPHOID	while typhoid carrier present, typhod fever, endemic area.	Do as age administrered
VARICELLA ZOSTER (Chickenpox)	12-18 mo	None
YELLOW FEVER	All those who live in yellow fever area.	Every 10 years

இளநீரால் கட்டுபடுத்தப்படும் நோய்கள் – மலச்சிக்கல், வாந்தி, வயிற்றுப்போக்கு, அஜீரணம், தட்டம்மை, மஞ்சள் காமாலை, மலேரியா, இதயநோய்கள், நிமேனியா, இளநீரில் உள்ள பொருட்கள் – Ca, K, Na, Mg, Fe, Cu, P, C, Vit C, B Arginin, Aalanin, cystine, cerin, Amino acid.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

நமது மருத்துவம்

Rotaract Club of Final Year


அண்டம்
பிண்டம்
திணை; பொழுது (5 வகை நிலங்கள் 6 பருவ காலங்கள்)
பூதங்கள்(5) விண் வளி தீ நீர் மண்
மருந்துகள் தாது தாவர ஜீவ சங்கமப் பொருட்கள்
சுவைகள்(6) கார்ப்பு துவர்ப்பு இனிப்பு புளிப்பு உப்பு கைப்பு
சுவைகள்(6) கார்ப்பு துவர்ப்பு இனிப்பு புளிப்பு உப்பு கைப்பு
உடல் தாதுக்கள் சாரம் செந்நீர் ஊண் கொழுப்பு என்பு மூளை சுக்கிளம்
பூதம்5 விண் வளி தீ நீர் மண்
குற்றம் 3 வாதம் பித்தம் கபம்
திணை பொழுது

அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டம்

★ அண்டம் பிண்டம் இரண்டும் ஐம்பூதங்களால் ஆனது.

★ அண்டத்தில் ஐம்பூதங்கள் தாவர ஜீவ, சங்கமப் பொருள்களில் அறுசுவைகளாக கலந்து காணப் படுகின்றது.

★ ஆனால் பூதங்கள் அண்டத்தில் திணை, பொழுது போன்ற காரணிகளால் மாற்றம் அடைவதால், அதனுடன் தொடர்புடைய சுவைகளும் மாற்றம் அடைகின்றது.

★ பிண்டத்தில் ஐம்பூதங்கள் 7 உடற்கட்டுகளாக பிரிந்து காணப்படுகின்றது.

★ 7 உடற் தாதுக்களும், 6 தனித்தனி சுவைகளால் ஊட்டம் பெருகின்றது. (அட்டவணையில் அதனை வரிசையாக காணலாம்)

★ 7 வது உடற்கட்டு சுக்கிலம் மற்ற 6 தாதுக்களை பொருத்து பயன்படுகின்றது.

★ பிண்டத்தில் பஞ்ச பூதங்கள், முக்குற்றங்களால் நோய் நிலையை அடைகின்றது.

★ இக்குற்றங்கள் திணை பொழுது போன்றவற்றால் மாற்றம் அடைகின்றது.

உணவே மருந்து ; மருந்தே உணவு

பருவகாலங்களில் பின் பனி (மாசி, பங்குனி) இளவேனில் (சித்திரை, வைகாசி) முதுவேண் (ஆனி, ஆடி)

இக்காலத்தல் இயற்கையாக அண்டத்தில் வெப்பம் மிகுதி படுவதன் காரணமாக உடல் வறட்சி அடைந்து வன்மை இழக்கின்றது. அதனை சரி செய்ய் அக்காலங்களில் முறையே இயற்கையாக வன்மை அடைகின்ற கைப்பு, துவர்ப்பு, கார்ப்பு சுவை கொண்ட பண்டங்களை உண்ண வேண்டும்.

கார்காலம் (ஆவணி, புரட்டாசி), கூதிர் (ஐப்பசி, கார்த்திகை) முன் பனி (மார்கழி தை)

இக்காலங்களில் அண்டம், நீர் கொண்ட மேகம், மழை, குளிர் போன்ற காரணத்தால் இயற்கையாக குளிர்ச்சி அடைகின்றது. அதனால் நமது பிண்டமும் இயற்கையிலேயே வன்மை அடைகின்றது. எனவே அக்காலத்தில் முறையே வன்மை அடையும். புளிப்பு, உப்பு, இனிப்பு சுவை கொண்ட உணவுகளை உண்ண வேண்டும்.

மேலும் இக்காலங்களால் உடல் அடையும் இயற்கை வன்மை கருதி பல மதத்தினரும் நோன்பு மேற்கொள்ள பல பண்டிகைகளை வகுத்துக் கொண்டது தெரிகிறது. (எ.கா) இந்துக்கள் மாலை அணிந்து நோன்பு மேற்கொள்வது, கிறிஸ்துவர் ஈஸ்டர் நோன்பு, முஸ்லீம்கள் பக்ரீத், ரம்ஜான், நோன்புகள்.

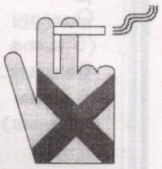
உலகின் பல்வேறு மருத்துவ முறைகளின் வரலாறு : ரோமர் – கி.பி. 300 யுனானி கி.பி.600 அஷ்டாங்க ஹிருதயம் கி.பி.900 பரப்பிரகாசம் – கி.பி. 600 – கிரேக்கம் கி.பி. 900 சாரங்கதாரணம் கி.பி.1300 அலோபதி கி.பி – 1775 சித்தமருத்தவம் உலகில் புல், பூண்டுகள் தோன்றிய போதே தோன்றியது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

புகை நமக்கு பகை

K. ஜெயசேகரன்
III B.S.M.S. Oct.

★ இதை உலகிற்கு அறிமுகப்படுத்தியவர் போர்த்துகீசியர்.
★ புகையினால் ஏற்படும் புற்றுநோயால் ஆண்டுதோறும் இறப்பவர்கள் 3.5 மில்லியன்
★ 1 சிகரெட்டில் 4000 கெமிக்கல்ஸ் உள்ளது. முக்கியமானது நிகோடின்
★ இதை உள்ள வாயுக்களின் எண்ணிக்கை – 9 (CO, HC etc)
★ உலகில் புகைபிடிப்வர் எண்ணிக்கை 1.1 பில்லியன்.
★ இதில் 250 நுண்ணிய துகள்கள் உள்ளன.
★ சிகரெட் முனையின் வெப்பம் – 1600 ° F
★ உண்டாகும் நோய்கள் – நுரையீரல் புற்று இதய பாதிப்பு, மூளைப் பாதிப்பு, ஆண் அணுக்குறைவு
★ கோபம் மிகும், நாக்கு சுவை மறக்கும், மூச்சில் கெட்ட நாற்றம் உண்டாகும். பணச் செலவு
★ இதில் உள்ள நிகோடினை இரண்டு சொட்டு பூனை, நாய் நாக்கில் விட்டால் உடன் இறக்கும்.
★ இந்தியாவில் தயாராகும் சிகரெட்டில்தான் நிகோடின் அளவு மிக அதிகம்.



With Best Compliments from

Shell

VENKATESWARA LUBES
54B/17, Kanakathara Complex,
S.N. High Road, Tirunelveli Junction - 1.

☎ Off : 334896
Res : 532225

Josy Surgicals
188-D, S.N. High Road, Tirunelveli - 627 001.

Dealers in : Hospital and Lab Equipment
Stockist in : JOHNSON & JOHNSON LTD.
WILSON & W. WILSON (Surgical Instruments)
TRANSASIA DIAGNOSTIC

தயிர் மூலம் விஷத்தன்மை உடலில் சேராமல் தடுக்கப்படுவதால் இளமையும் தொடர்கிறது. இதனால் வயோதிகத்தை தள்ளிப்போடலாம். இரத்த அழுத்தத்தை குறைக்கும் தயிருக்கு உண்டு.
Mechini Koab - நோபல் பரிசு பெற்ற ரஷ்ய விஞ்ஞானி

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Sex Education

- தரும் நன்மைகள்

★ உடலில் ஏற்படும் மாறுபாடுகளை அறிய உதவுகிறது.

★ மனநிலை மாறுபாடுகளை அறிய உதவுகிறது.

★ இளைஞன் தன்னுடம் பயிலும் மாணவியைக் மதிக்க கற்றுக் கொள்கிறான்.

★ பாலியல் பலாத்காரத்திலிருந்து தன்னுடன் மூத்தவர்களிடமிருந்து காக்க உதவும்.

★ செக்ஸ் பற்றிய கட்டுகதைகள், மூட நம்பிக்கையிலிருந்து விடுபட உதவுகிறது.

★ ஆண்மைக் குறைவு ஏற்படுவதைத் தடுக்கலாம்.

★ குழந்தை பிறக்காத சிக்கலைத் தீர்க்கலாம்.

★ குழந்தை பருவ கர்ப்பம், கருக்கலைப்பு போன்றவை தடுக்கப்படுகிறது.

ப்ரியம்ஸ்

Smile

Smile at everyone you meet
smile when you losing in a game
Smile when you losing in a fight
Smile when something is lost
Smile when loving is hard

Keerthi

சிகரத்தை நோக்கி....

முதலாம் ஆண்டை
முழுமையாக முடித்து
இரண்டாம் ஆண்டை
இனிமையாக இழந்து
மூன்றாம் ஆண்டில்
முழுமூச்சுடன் உழைத்து
நான்காம் ஆண்டு
நன்மையாக நகர்ந்து
ஐந்தாம் ஆண்டு
இறுதி அத்தியாயத்தில்
ஆர்வமுடன்
அடியெடுத்துள்ளோம்
வைத்த அடி
முன்னேற்றப் படியாகி
அன்னிய மருத்துவத்தின்
அண்மையையே நாடாமல்
புதையலென புதைந்துள்ள
சித்த மருத்துவத்தை
புவனமறியச் செய்ய
புது உறுதி எடுப்போம் !
நம் திறனை
நாடறியச் செய்து
பெற்றோர் கனாக்களை
நன்மையான நனவாக்கி
வாழ்க்கைப் படகை
வழிதவறாமல் ஓட்டிச் சென்று
நல்லதோர் இடத்தில்
நங்கூரம் பாய்ச்சி
நம்மை நாம்
சமூகத்திற்கு நிரூபிப்போம் !
சித்த மருத்துவர்களாய்
சரித்திரம் படைப்போம் !

MMK, Final Year B.S.M.S.

ம்...ம்...ம்... பாப்போம்

☎ 574708

SUMAYA BROILERS

29, Saliah Street, Tirunelveli Town.

Contact : New Ruchi Hotel

சாம்பிராணியில் உள்ள 'பென்சாபாக்' என்ற கிருமிநாசினி பேன், சைனஸ், சளி, ஏற்படுவதை போன்றவற்றை தடுக்கும் ஆற்றலுடையது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

நல்வாழ்த்துக்கள்

S. உலகநாதன்

பந்தல் அமைப்பாளர்

அசோக் டாக்கீஸ் ரோடு,
பாளையங்கோட்டை - 627 002.
☎ 574068

பந்தல், ஸ்டேஜ், சாமியானா,
காகித மணமேடை அமைத்துக் கொடுக்கப்படும்.

ஸ்டீல் சேர், பிளாஸ்டிக் சேர், டேபிள்
வாடகைக்குக் கிடைக்கும்

☎ 575165 P.P.

S.P.K. ஸ்டீல் சேர்

சேர் வாடகைக் கடை

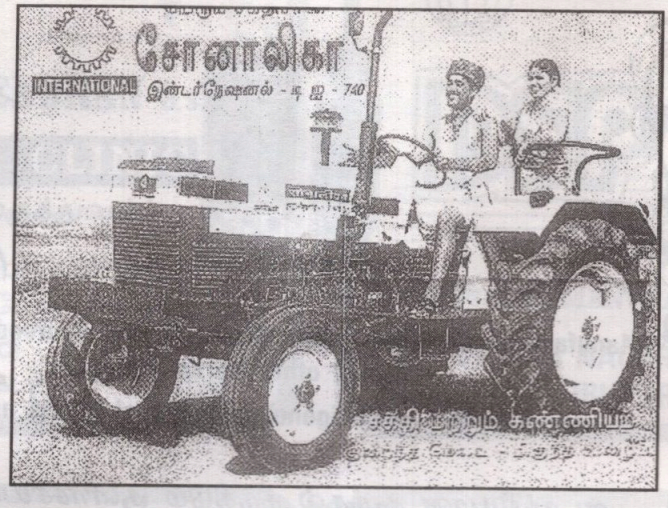
3, பாரதி நகர், (போலீஸ் காலனி), திருச்செந்தூர் ரோடு,
பாளையங்கோட்டை - 627 002.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

0462 - 339392
322914 (R)

Fax : 0462 - 322655



SHREE SUNDARALAKEHMI TRACTORS

Authorised Dealer : **SONALIKA INTERNATIONAL TRACTORS**

Branches : **TUTICORIN, KANYAKUMARI, THIRUNELVELI**

Manufacturers

D.R. TRAILERS

96, Nainarkulam Market Road, Tirunelveli Town - 627 006.
22, S.N. High Road, Tirunelveli Junction.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

நல்வாழ்த்துக்கள்

கண்ணுக்கு மையழகு, கன்னத்தில் குழியழகு
கூந்தலுக்கு டாம்ப்கால் அழகு

Manufacturers of Herbal Hair Tonic, Siddha Ayurveda Unani Medicine and other Herbal Products.

Suppliers of Indigenous Medicinal Plants and Drugs.

- அடர்த்தியான கூந்தல் தந்திடும் குளிர்ச்சியான மூலிகை தைலம்
- பொடுகுத் தொல்லை விரட்டிடும்
- இளநரையை தடுத்திடும்
- முடி உதிர்வதைத் தடுத்திடும்

டாம்ப்கால்

கரிசலாங்கண்ணி, கீழாநெல்லி, பொடுதலை, செம்பருத்தி போன்ற 28 மூலிகைகளைக் கொண்டு தேங்காய் எண்ணை மற்றும் ஆலிவ் எண்ணையுடன் கூடியது டாம்ப்கால் மூலிகை கூந்தல் தைலம்

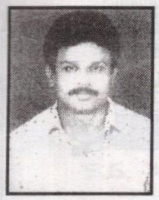
உங்கள் அனுபவத்தை எழுதவும்

தமிழ்நாடு மூலிகைப் பண்ணைகள் மற்றும் மூலிகை மருந்துக்கழகம்,
அண்ணா மருத்துவமனை வளாகம், அரும்பாக்கம்
சென்னை 600 106. தொலைபேசி : 6216696, 6214892

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

உணவே மருந்து மருந்தே உணவு



DR. K. RAJENDRAN B.S.M.S.

K.P.R. CLINIC

(சித்த மருத்துவம்)

112/3-5C, East Car Street,
(விஜயா ஸ்டோர் மாடியில்)
Thoothukudi - 628 002.
Tamil Nadu. ☎ (0461) 321020

With Best Compliments from

743188
743578

D.S.P

DSP Garments

★ HOSIERY MANUFACTURERS ★

47, LAKSHMI NAGAR MAIN ROAD
TIRUPUR.

With Best Compliments from

The Carnataka Knitting Co.,

453, Avinashi Road,
TIRUPUR - 630 602.

With Best Compliments from

Bharathi ACU Centre

பாரதி அக்கு சென்டர்

(அக்கு பஞ்சர் சிகிச்சை மையம்)

51, சத்தியமூர்த்தி தெரு
[போத்தீஸ் சமீபம்]
திருநெல்வேலி டவுண்.

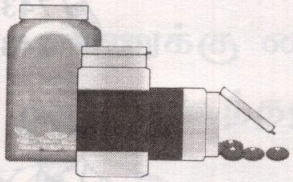
பார்க்கும் நேரம் :
10 a.m. to 12 p.m. & 5 p.m. to 9 p.m.
Ph. : 334488 P.P. 333030, 336451

*The Most active region of the brain is **'Lateral Prefrontal Cortex'** situated in the forebrain just above the eyes. This structure is present in both the lt & Rt hemispheres of the brain. This small structure is called **Master Problems Solver**.*

Dr. John Duncan, Medical Research Council of Cambirdge, V.K.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

கோவில்பட்டியில் அனைத்து சித்த, ஆயுர்வேத மருந்துகள்
வாங்க சிறந்த ஸ்தாபனம்



ARUNA MEDICALS

(சித்த ஆயுர்வேத மருந்துகளின் சங்கமம்)

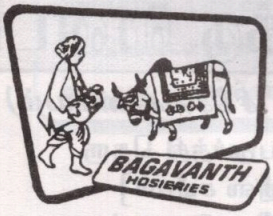
25, சந்தை பேட்டை தெரு,
டவுன் பஸ்–ஸ்டாண்ட் எதிர்புறம், கோவில்பட்டி – 2.

Dr. P. MURUGARAJ, B.S.M.S., KOVILPATTI.
Dr. E. SHUNMUGAM, M.D. (S) KOVILPATTI.

பகவந்த்

பகவந்த் பனியன்கள் ஜட்டிகள் அணிந்து மகிழ்வீர்!

தரத்தின் ரகசியத்தை உணர்வீர்!!



பனியன்கள்
ஜட்டிகள்
டிராயர்
பேண்டீஸ்
& கிட்ஸ்வேர்

bagavanth HOSIERIES

தயாரிப்பாளர்கள் : பகவந்த் ஓசைரீஸ், திருப்பூர் - 4.

Phone : 0421-741955 ★ Fax : 0421-749377 ★ BPL MOBILE : 98430-78255, 98430-40655

தற்போதுள்ள நடந்துள்ள ஜீன்புரட்சிக்கு அடித்தளம் அமைத்தவர்கள் வாட்சன், கிரிக் என்பவர்கள் இவர்கள் 1953 DNA க்கு வடிவம் கொடுத்தார்கள். DNA யில் குரோமோசோம் இருப்பதையும் கண்டுபிடித்தனர். இதற்காக இவர்களுக்கு 1962ம் ஆண்டு நோபல் பரிசு கிடைத்தது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Resi : 326062
Clinic : 321874

Helping hand
For humanity

T
TAC
C

Dr. M.V. MURALEEDHARAN BAMS
S.G. ASST. MEDICAL OFFICER
Ayurvedic Wing, Reg. No. AA24828
Govt. Medical College Hospital, Tuticorin - 3.

CHIEF CONSULTING PHYSICIAN
TUTICORIN AYURVEDIC CLINIC &
RHEUMATIC CURE CENTRE
தூத்துக்குடி ஆயுர்வேதிக் கிளினிக் &
வாதநோய் சிகிச்சை நிலையம்

☎ 323375
மஞ்சள்காமாலைக்கு சிறந்த
வைத்தியசாலை

Dr. N. ஆறுமுகம்பிள்ளை
வைத்தியசாலை

42, வடக்கு சம்மந்த மூர்த்தி தெரு,
சிவன்கோவில் தெற்கே, தூத்துக்குடி - 2.

மஞ்சட்காமாலை, ஊது காமாலை, வெள்ளை காமாலை, இரத்த சோகை மற்றும் அனைத்து காமாலைகளுக்கும் இங்கு சிறப்பு வைத்தியம் பார்க்கப்படும்.

பார்க்கும் நேரம்
காலை 8.00 to 10.00
மாலை 5.00 to 7.00

With Best Compliments from
Prop. A. Manimuthu

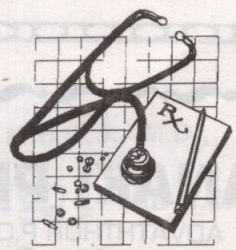
BETHEDSA
Clinical Laboratory

49-A, Theppakulam Street,
Tuticorin - 628 002.

Lab : (0461) 22984
Res : (0461) 21762

With Best Compliments from

KRISHNA CLINIC



Dr. K. Rama Kumar B.S.M.S.
Puthiamputhoor

ஒரு சிகரெட் குடித்தால் 25 mg 'சி' வைட்டமின் கொலஸ்ட்ரால் அளவை குறைக்கவல்லது

அழிக்கப்படுகிறது. வைட்டமின் 'சி' இரத்தத்தில்

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

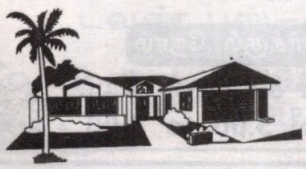
Best wishes to the "SINROME" organisers, Rotoractors of Govt. Siddha Medical College

Rtn. A.S. RAJESWARAN

Past DRR 93 '94 - 94 - 95, Past Secretary, Rotary Club of Ramnad,
RYLA Co -Ordinator, RIDISI 3210 ☎ Off : 23193, 21308, Resi : 31466

Rtn. Er. M. Veera Boopathy
Civil Engineer & Licenced Surveyor, Panel Valuer, Bank of Madura Ltd.

Phone : 22199
Pager : 9652 - 240491



COSMOTECH *Constructions*

Off : High Sports Building, 147, Salai Street, Ramanathapuram - 623 501.
Resi : No 2, North New Street, Ramanathapuram - 623 501.

நல்வாழ்த்துக்கள்

Resi : 30933

சரஸ்வதி மருத்துவமனை

No. 28, துரைராஜ் சத்ரதெரு, வெளிப்பட்டினம்.

டாக்டர். பாலசுப்பிரமணியன், B.A., D.I.H.O.M. NC.

With Best Compliments from

JANAKI PHARMA (SIDDHA MEDICINES)

ADVATHTHUR P.O. SRIRANGAM TALUK, TRICHY DISTRICT - 620102.

PRODUCTS

★ JANLIV (LIVER TONIC)
★ LADMEN (UTERNE TONIC)
★ DIVIA (DWRETIC SYRUP)
★ RUMATOIL (RHAVMATIC PAIN RELIEVER)
★ NEELI BIRUGATHI THAILAM (HAIR GROWTH)
★ SANTHANATHI THAILAM (BODY COOLING)

Harmone Transplantation செய்து கொண்டவர்களுக்கு மார்பு புற்றுநோய் வர வாய்ப்புக்கள் அதிகம்.
Dr. Wricksen California University,

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

TAMILNADU SIDDHA MEDICAL GRADUATES ASSOCIATION

(Regd : 105)

57, MUSLIM STREET, VARAGANERI, TRICHYRAPALLI - 8.

Dr. A.R. KUMAR, B.S.M.S. PGDY.
PRESIDENT

Dr. P. VENKATESWARAN, B.S.M.S.
TREASURER.

D. VELAYUTHAM, B.S.M.S.
SECRETARY

With Best Compliments from

Clinic : 21201
20544

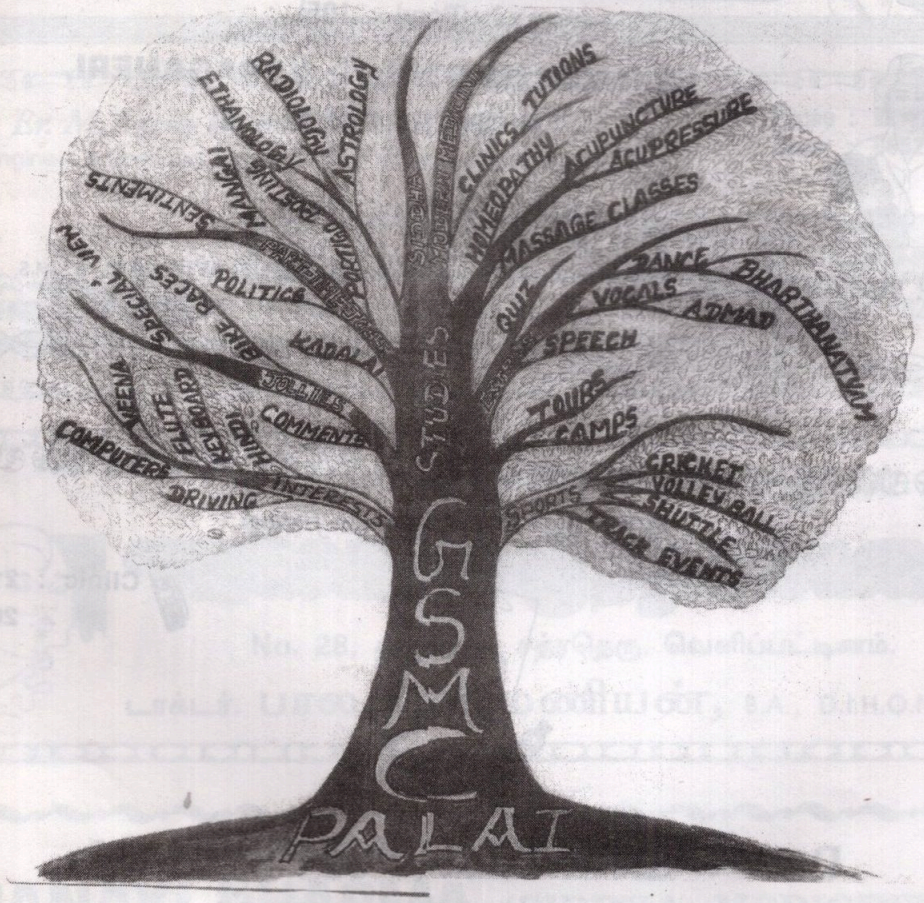
Dr. T. அரவிந்தராஜ், M.B.B.S., M.D.,

Dr. Mrs. மதுரம் அரவிந்தராஜ், M.B.B.S., D.G.O.,

58, லேத்தம்ஸ் பங்களா ரோடு,
இராமநாதபுரம்.

மனித உடலை விட்டு உயிர் பிரிந்து விட்டாலும் ஒரு வாரம் வரை தலைமுடி, நகம் போன்றவை வளர்கின்றன.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE



AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Clinic : 21540
Resi : 23121

NATHERSHA

HOMOEO CLINIC

Dr. A.M.D. NATHER IBRAHIM, D.H.M.S.
Treasurerer, RMD, Swaganga,
Pudukottai Dist, TNQHA.

111, AGRAHARAM ROAD,
RAMNAD - 623 501.

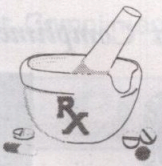
இங்கு தோல் வியாதிகள், மூட்டு வலி,
ஆஸ்த்மா, சைனஸ், மூலம் பெண்கள்,
குழந்தைகளுக்கான வியாதிகள்
சிறப்பாக பார்க்கப்படும்.

விழி உங்களிடம்!
ஒளி எங்களிடம்!!

முகவையின் முதல் கண்ணாடிக்கடை

ஆப்டிகல் பேலஸ்

139, அக்ரஹாரம் ரோடு,
இராமநாதபுரம் - 623 501



☎ 21027

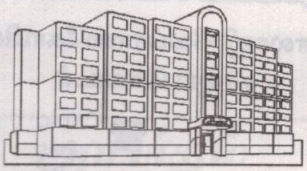
Dr. T. BABU B.S.M.S.(M.D.) A.M.
MEDICAL OFFICER

P.U. Dispensary,
Pudukkuruchi, Devakottai.

Clinic

DHANVANTHRI SIDDHA CLINIC
9, P.K. Samy Street,
Ramanathapuram - 623 501.

With Best Compliments from



RTN. DR. V. THULASIRAM
PRESIDENT - 2000

ALL WIN
MATRICULATION SCHOOL

OM SAKTHY NAGAR
RAMANATHAPURAM.

தாவர எண்ணெய்களில் காணப்படும் 'LECTHIN' என்னும் Chemical, Cholestral ஐ சிறிய துகள்களாக உடைத்து உடம்பு ஏற்றுக் கொள்ளும் வகையில் மாற்றுகிறது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

21317
20879

பயோனியர் பிசியோ தெரபி கல்லூரி

பாரதி நகர், இராமநாதபுரம்.

Approved by Govt. of Tamil Nadu.
Affiliated to Tamil Nadu Dr. M.G.R. Medical College

பயோனியர் நர்சிங் பயிற்சி பள்ளி
(PIONEER SCHOOL OF NURSING)

பயோனியர் மருத்துவமனை [பி] லிட்

68, மதுரை ரோடு, இராமநாதபுரம்.

சத்யா கிளினிக்

பாலாஜி லேப்ராஸ்கோபிக்
சர்ஜரி சென்டர்

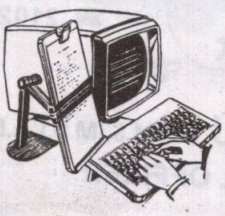
Clinic : 20287
Resi : 20627

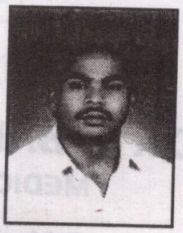
Dr. மீனாட்சி சுந்தரம் M.S.,F.I.C.S.,
சிறப்பு அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் &
லேப்ராஸ்கோபிக் சர்ஜன்

106, அக்ரஹாரம் ரோடு,
இராமநாதபுரம் - 623501

★ சத்யா கிளினிக்கல் லேப்
★ பாலாஜி ஸ்கேன்ஸ்
★ பாலாஜி எக்ஸ்ரேஸ்

With Best Compliments from





RTR. P. PANDI B.Sc., D.T.P.

PROP :

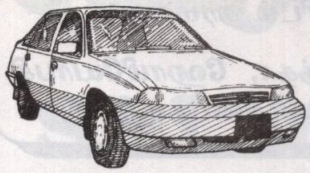
JOTHI
Computer Printers

RAMANATHAPURAM - 623 501.

விபத்துக்கள் பெரும்பாலும் காலை நேரங்களிலேயே ஏற்படுகின்றன. அதிலும் விடியற்காலை 2 – 7 மதியம் 2 – 5 வரை தான் அதிகம். இதற்கு காரணம் நமது மூளையின் செயல்திறன் இந்த நேரங்களில் குறைவதுதான் என்பது ஆராய்ச்சியாளர்களின் கண்டுபிடிப்பு.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

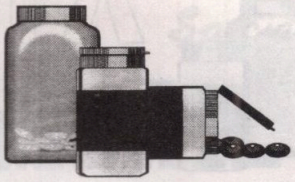


RAJA TRAVELS

PASUVANTHANAI

Prop. *S. Partha Sarathi*

With Best Compliments from



MALAR MEDICALS

PASUVANTHANAI

With Best Compliments from

SUBA CLINIC

Savariarpuram,
Tuticorin.

Dr. Subbu Lakshmi Anandan
B.Sc., B.S.M.S.

With Best Compliments from

அமிர்தம்
சித்தா கிளினிக்

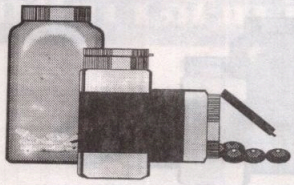
AKS தியேட்டர் ரோடு,
கோவில்பட்டி.

Dr. Amirtharaj, M.D.,

பாப்புவா நியுகின்யா என்னும் நாட்டில் வாழும் இறந்து போன தங்கள் உறவினர்களின் மண்டை ஓடுகளையே தலையணையாக பயன்படுத்துகின்றனர். இதனால் நல்ல தூக்கம், அதிக அதிர்ஷ்டம் கிடைப்பதாக நம்புகின்றனர்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from



எங்களிடம் தரமான
ஆயுர்வேத, சித்தா, ஹோமியோபதி
மருந்துகள் கிடைக்கும்.

VEL MEDICALS

இளையரசனேந்தல் ரோடு, கோவில்பட்டி.

With Best Compliments from :

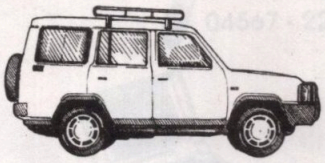
MOHAMMED & CO
MEDICALS

Near Chinnakkoil,
W.G.C. Road,
TUTICORIN.

மொபைல் போன் ஒலிக்கும் போது அதிலிருந்தும் கிளம்பும் குறைந்த அளவு கதிர்களால் RBC யில் உள்ள Haemoglobin லீக்காகி விடுகிறது. பாதிக்கப்பட்ட Haemoglobin இதயத்தையும், சிறுநீரகத்தையும் பாதிக்கிறது. மேலும் மூளைப்புற்று, தலைவலி, இளமையில் முதுமை போன்றவை உண்டாகிறது.

Dr. Edward, Imperial Medical School, West London.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE



☎ 330937

TATA Specialist

SRI MARIAMMAL AUTOMOBILES

96/1, Nainarkulam Market Road,
Tirunelveli Town.

Prop. K. Thiruvankatem

With best compliments from

DEVENDRAR COLLEGE OF PHYSIOTHERAPY

7, Military Line, Samathanapuram,
Palayamkottai, Tirunelveli - 627 002. ☎ 583583

வள்ளிக்கிழங்கில் காணப்படும் "டயாஸ்ஜனின்" என்றும் இரசாயனத்திலிருந்து Steroid மருந்துகள் தயாரிக்கப்படுகின்றன. உலகம் முழுவதும் 50% Steroid மருந்துகள் இதிலிருந்துதான் தயாரிக்கப்படுகின்றன. ஒரு கிழங்கில் இதன் அளவு 0.3 % - 1.33 %.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

மேலோகத்திலும் காளைகளுக்குப் பஞ்சம்
பூலோகத்தில் கந்தர்வக் கன்னி!

Art by

S. Suganthi

IV B.S.M.S.

கண்களில் ஏன் இந்த ஏக்கம்?
சொன்னால் குறையும் துக்கம்.

Art by

S. Thamarai

Final B.S.M.S. (Pepsi GI)

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

22925
23925

For all Readymades & Sports Goods

Address to Beauty!

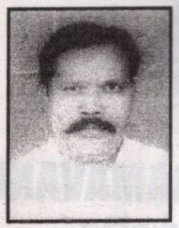
FARIDAS

28, Central Plaza, Salai street,
Ramnad - 623 501.

வாழ்க தமிழ்! **வளர்க சித்த மருத்துவம் !**

அன்பான சித்த மருத்துவ மாணவ, மாணவிகளே !

ஓர் அன்பு வேண்டுகோள் – தமிழன், தமிழ் மருத்துவமான சித்த மருத்துவத்தின் தொன்மையை உணர்ந்து – சிறப்பினை நிலைப்படுத்த படிப்பை முடித்து வெளிவரும் போது நமது மருத்துவத்தை மட்டுமே நடைமுறைப்படுத்த உறுதி பூணுங்கள்;அது நமது தனித்தன்மையைக் காப்பதோடு நவீன மருத்துவ பிறமுறை மருத்துவ – நண்பர்களோடு நட்பையும் தொடர்பையும் நிலைப்படுத்தும்.



வாழ்க வளமுடன் !

என்றும் இதய அன்புடன்

சி. பாலசுப்பிரமணியன் (எ) கோழியூர் சிங்காரபாலன்
மருத்துவக்கவிஞர் கோ.சி.பா. பி.எசு.எம்.எசு

பணியிட முகவரி :
உதவி சித்த மருத்துவ அலுவலர்,
அரசு மாவட்ட தலைமை மருத்துவமனை,
பெரம்பலூர் - 621 212
அழைப்பு - 04328 / 77128

தொடர்பு முகவரி :
ராதி சித்த மருத்துவமனை
4, மேரிபுரம், பெரம்பலூர்.
அழைப்பு - 75543, 77609, 78309

கூடுதல் பணி – 'சித்த மருத்துவம்' பகுதி நேர ஆசிரியர், அரசு மேல்நிலைப்பள்ளி, பெரம்பலூர்
'2000ம் ஆண்டின் சிறந்த சித்த மருத்துவர்' – என ரோட்டரி கிளப் விருது பெற்றவர்

$APOE_2$ என்ற உடலில் அதிகம் இருந்தால் முதுமையை தள்ளிப்போடலாம். இதன் அளவு உடலில் மிகவும் குறைந்தால் மரணம் நிச்சயம். Dr. Russel, Duck's University.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Phone : 335776
Cell : 98430 - 50335

TEAM HI-TECH COMPUTERISED GOLD, DIAMOND, GEM TESTING LAB. A/C.

தங்கத்தின் தரம் அறிய

அன்பு கலந்த அனைவருக்கும் எங்களது வணக்கங்கள்.

சர்வதேசத் தொழில் நுட்பத்தில் கம்ப்யூட்டர் மூலம் தங்கம், மற்றும் வைரம் பரிசோதனை செய்து தரம் மதிப்பிட்டு கம்ப்யூட்டர் பில்லிங் தருகிறோம்.

மேலும் ஜாதி கற்கள் அனைத்தும் எங்களின் சிறப்பு பிரதிநிதிகளின் மூலம் பரிசோதனை செய்து அவற்றின் உண்மையான தரத்தை விபரமான சான்றிதழில் தருகிறோம்.

எங்களின் சிறப்பு :– 15 நிமிடங்களின் நிறைவான சேவை

★ **TEAM HITECH COMPUTERISED GOLD, GEM DIAMOND TESTING**

★ **TEAM GOLD REFINING LAB**

★ **TEAM JEWEL MANUFACTURAR**

★ **TEAM JEWEL ELECTROPLATING CENTRE**

25/8, Gem Star Complex (upstairs) Koolakkadai Bazaar, Tirunelveli Town.

(தங்க நகைகள் பரிசோதனை செய்வது இல்லை)

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Resi : 04567-22618
Clinic : 98424-22618 (cell)

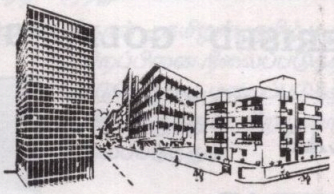
Dr. A. Munishkumar, B.Sc., B.S.M.S.,
CONSULTANT SIDDHA PHYSICIAN

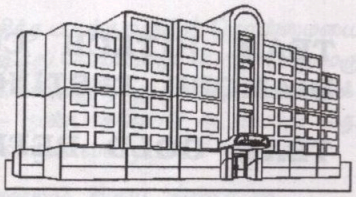
MUNISH KUMAR SIDDHA HEALTH CARE CENTRE

46, VAISYAAL STREET,
RAMNAD.
E-mail : munishkmar@ramnad.com
Website : www.ramnad.com

1/1 B-2, Avvai Street, Bharathi Nagar,
RAMANATHAPURAM - 03.

With best compliments from





★ SYED AMMAL TRUST HOSPITAL
★ SYED AMMAL ENGINEERING COLLEGE
★ SYED AMMAL MATRICULATION SCHOOL
★ SYED AMMAL HIGHER SECONDARY SCHOOL

RAMANATHAPURAM - 623 501

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Art by

J.C. Wills Stubert

Pre Final

Art by

S. Chitra.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With best compliments from

MIZPAH
I-T WORLD

MEDICAL TRANSCRIPTION

CARRIER OF THE MILLENIUM

Near Palai Bus Stand,
KENNY COMPLEX, PALAYAMKOTTAI - TIRUNELVELI - 2

With best compliments from

CSC®

COMPUTER EDUCATION

☎ 579082

COMPUTER SOFTWARE COLLEGE

117, K.R. Complex,
Trivandrum High Road,
Palayamkottai. Tirunelveli - 627002.

☎ 320682

COMPUTER SOFTWARE COLLEGE

II, Floor, Preyam Plaza,
Near Santhi Pillayar Koil,
Tirunelveli Town - 627 006.

Boon for Middle class

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

Clinic : 35929 (04652)
Resi : 27119 (04652)

BAGAVATHI SIDDHA CLINIC

177, P.W.D. Road, A.S.T. Complex,
Chidambara Nagar Junction,
Nagercoil - 629 002. Kanyakumari Dist.

Dr. D. ARJUNAN B.S.M.S.

உங்களுக்கு ஒரு நாளில் ஒரு நிமிடம் செலவழிக்க முடியுமா?

HERBALIFE அதிசயம்! ஆனால் உண்மை!!
அமெரிக்கன் மூலிகை தயாரிப்பு உடல் எடை குறைய!!!

American Herbal Products Weight Lose upto : 10 Kgs.

சென்னை மெடிக்கல்ஸ்

25, தெற்கு சம்மந்தமூர்த்தி தெரு, தூத்துக்குடி - 628 002.

With Best Compliments from

K. Subramanian Pillai
Proprietor.

PCL

PRINCE CLINICAL LABORATORY

97, V.E. ROAD (UPSTAIRS) NEAR CHARLES THEATRE, OPP. JOHNSON TILES,
TUTICORIN - 628 002. Phone : (0461) 323559 P.P.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

SAIHT

An indigenous Healing Touch Research Foundation

Arunagiri Mansion, #8A/11, South Bazaar,
Palayamkottai - 627 002. E-mail : saiht@doctor.com.

அறந்தாங்கி - திருச்சியில்

Dr. சுப. சதாசிவம் இளமாறனின்

சிவம் சித்த மருத்துவமனை மூலிகை ஆராய்ச்சி மையம்

25B, பாரதிதாசன் தெரு, பெரிய பள்ளிவாசல், அருகில், அறந்தாங்கி - 614616
புதுக்கோட்டை Dist. ☎ 04371 - 22944, 20244

திருச்சியில் 3ம் தேதி அசோக் பவன் மேல் மாடி, சென்ட்ரல் பஸ் நிலையம்,
கோ.ஆப்டெக்ஸ் எதிரில், போன் : 460783, 794517

வேறு மருத்துவத்தில் குணமாகாத
சோரியாசிஸ், வெண்குட்டம், நாள்பட்ட தோல்நோய்கள், குழந்தையின்மை, சைனஸ், டான்சலைட்டிஸ், வெள்ளைபடுதல், ஆண்மை குறைவு, தலைமுடி உதிர்தல், இரகசிய நோய்கள், கருப்பை கோளாறுகள், ஆஸ்துமா, மூட்டுவலி, சர்க்கரை நோய், குதிகால் வலி, வயிற்றுப்புண், ருமாட்டிக் மூட்டு வலி, புற்று நோய், பக்கவாதம்

ஒரே மாதத்தில் உடல் எடையைக் குறைக்க ஆலோசனை போன்ற நோய்களுக்கு மூலிகைகளை கொண்டு சித்த மருத்துவமுறையில் சிறப்பாக சிகிச்சை அளிக்கப்படும்.

காலை 10.00-1.30 மாலை 5.00-9.00 ஞாயிறு 10.00-1.30

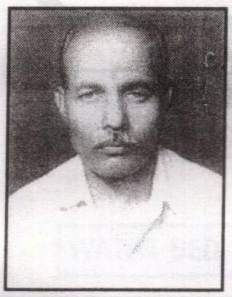
AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

தேவசகாயம் மருத்துவமனை

(ஆயுர்வேத - சித்தா ஆய்வகம்) வெட்டு மருந்து கடை

பார்க் சமீபம், திங்கள் நகர், நெய்யூர் - 629 802 குமரி மாவட்டம்.

ஆஸ்மா, வற்மம், தீராத இருமல், வெண்புள்ளிகள், வெண்படை, பத்து, விஷகடிகள், தூரகால வயிற்றுவலி, மலடு, மார்பு கட்டி, புற்று, பவுந்திரம், மூலமுளை, மதுமேகம் (சுகர்), பிளீடிங்ஸ், பிரமியம் (எயிட்ஸ்), மூக்கில் தொண்டையில் சதை வளர்தல், விதை வீக்கம், ஆண்மைக் குறைவு, வாதம், முடக்குவாதம், விபத்துக்குளில் உறுப்புகளுக்கு ஏற்படுகின்ற அசையாத் தன்மைக்கும், பீனிசம், சீழ்காது, குழந்தைகளின் சிறுநீர் நாற்றம், சிறுநீரில் சுண்ணாம்பு படிதல், மஞ்சள் காமாலை, மண்ணன், பொக்கன் முதலிய நோய்களுக்கும் 357 வருட பரம்பரை அனுபவ மருந்துகள் தருகின்றோம். வெண்கரந்தை, வெண் அடம்பு முதலிய அபூர்வ மூலிகைகள் எம்மிடம் உள்ளன.



தங்கி சிகிச்சை பெற வசதியும் உண்டு.

சகல மூலிகை பவுடர்கள், வெட்டு மருந்துகள் குறிஞ்சி குழம்பு, ரிஸ்டங்கள், பேத்துமசாலை, எண்ணைகள் கிடைக்கும்.

மருத்துவர் : மருத்துவ மாமணி, மருத்துவ திலகம் **Dr. S. தேவசகாயம்** B.A.,ESMP.,
அரசு பதிவு எண். (மாங்குழி வைசூரி வைத்தியர் பேரன்)

☎ 324574 P.P.

குறிஞ்சி சித்த மருந்தகம்

267, வடக்குரதவீதி, தூத்துக்குடி - 2.
(2ம் கேட் தெப்பக்குளம் அருகில்)

எங்களிடம்
சித்தா, ஆயுர்வேதா, யுனானி மற்றும்
இயற்கை மூலிகை மருந்துகளும்
அரசு நிர்ணய விலையில் கிடைக்கும்.

With Best Compliments from

SRI SATHYA SAI PHYSIOTHERAPY CENTRE

Sakthi Scan Complex, Bye-Pass Road,
Vannarpet, Tirunelveli - 627 003.
☎ 574164
Time : 10 am to 1 pm - 4 pm to 9 pm
Well equipped Physiotherapy Centre.

SSS FITNESS CENTRE

116/1, Trivandrum Road, (Upstairs)
Palayamkottai, Tirunelveli - 627 002.
☎ 580364 P.P.
Time : Gents 6 am to 9 am - 7 pm to 9 pm
Ladies 10 am to 1 p.m - 2 pm to 6 pm

A. GOPAL

B.P.T. D.PHYSIO M.I.A.P. F.A.F. SRP. (LOND)
CONSULTANT PHYSIOTHERAPIST
☎ 580672

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

☎ Res : 574858
Off : 322521
Cell : 98430 - 88521

PRINCE SURGICALS

79, Perumal Sannathi Street,
Tirunelveli Junction - 1.

Dealers in : Surgical Hospital Equipment, J.V. fluids, Cab Reagents, Ethicon sutures and all range of common & generic drugs.

STOCKIST FOR

- ★ Microtone Meth.
- ★ Wockhardt Limited Generics & I.V. fluids
- ★ Diamond B.P. Apparatus
- ★ Johnson & Johnson Hospital Division
- ★ Ranbaxy Generics
- ★ Albert David Surgical & I.V. Fluides
- ★ Zydus Cadila Generics
- ★ Tablets India I.V. Fluids & Generic Drugs
- ★ Leukoplast
- ★ Fresenius Kabi India Ltd., I.V. Fluids.
- ★ Bio - Lab Diagnostics
- ★ Anra I.V. Fluids
- ★ PDPL I.V. Fluids
- ★ Boehringer Mannheim
- ★ Bayer Diagnostics
- ★ Medimade Water Beds
- ★ Dyna Orthopaedics Pvt. Ltd.,

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

NOVAX

காது கேட்கும் கருவிகள் வாங்கிட

☎ Off : 322521, 339302
Resi : 339302
Cell : 98430 - 88521

PRINCE SURGICALS

79, Perumal Sannathi Street,
Tirunelveli Junction - 1.

WATER BED, WHEEL CHAIR, BED PAN, COMMOD STOOL ALSO AVAILABLE

வாழ்க வளமுடன் ☎ 0462-339830

கௌடில்யா

கிராபிக்ஸ் & லேசர் பிரிண்டிங்
கார்ட்ஸ் & ஸ்கீரின் பிரிண்டிங்

61, பெருமாள் மேலரத வீதி, திருநெல்வேலி – 627 001.

வீடியோ கிராபிக்ஸ், கம்ப்யூட்டர் மிக்ஸிங், எடிட்டிங், டைட்டிலிங்
மற்றும் வீடியோகேஸட் to CD Conversion

ப்ராஜக்ட் ஒர்க், புக் ஒர்க், தீஸிஸ் ஒர்க், திருமண அழைப்பிதழ்கள், விசிடிங் கார்டு ,
லெட்டர் பேடு கவர்ஸ், ஸடிக்கர்ஸ் மற்றும் அனைத்து பிரிண்டிங்களும்
செய்து தரப்படும்

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Over 25 years in Medical Service

Annai Velankanni Nursing Home

P.Box. No. 107, Murugankurichy, Palayamkottai - 627 002 ☎ 579023/24/25

MULTISPECIALITY HOSPITAL

Senior Consultant Obstetrician & Gynaecologist	:	**Dr. (Mrs) Rajam Authilingom** M.D., D.G.O., M.A.M.S., F.I.C.O.G. F.I.A.M.S.,
Child Specialist	:	**Dr. Banumathy A. Raj,** M.B.B.S., Dp. Paed., D.N.B (Paed)
Orthopaedic Surgeon	:	**Dr. A. Francis Roy,** M.B.B.S., M.S. (Ortho)
E.N.T. Specialist	:	**Dr. (Mrs) Rosita V. ROy** M.B.B.S., D.L.O., D.N.B (ENT)

A V N H

ANNAI VELANKANNI LAPAROSCOPIC CENTRE

CENTRE FOR DIAGNOSTIC & OPERATIVE LAPAROSCOPY & HYSTEROSCOPY
LAPAROSCOPIC & GENERAL SURGEON

Dr. A. ANTONY RAJ M.S. (Gen) D.L.S. (Germany)

ANNAI VELANKANNI SCHOOL OF ULTRASOUND

FOSGI - Recognised Ultrasound Training Centre for DOCTORS
CONSULTANT SONOLOGIST

Dr. GIGI SELVAN M.D., (O & G) D.M.U. (ZAGREB)

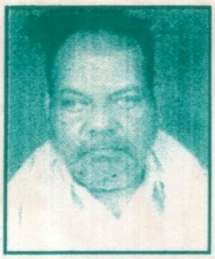
Specialities

★ Obst. & Gynaecology ★ Gen. Surgery ★ Paediatrics ★ Orthopaedics ★ E.N.T. ★ I.C.C.U.
★ Operative Laparoscopy ★ Hysteroscopy ★ Neonatology ★ Fertility Clinic ★ Obesity Clinic

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Wishes From

Off : 22235 (04652)
Resi : 26181
Fax : 91-04652-24373



M.S.S. ASAN & SON

93 (Old No. 81) Balamore Road,
Nagercoil - 629 001.

E-mail : mssasan@md4.vsnl.net.in
prakashmss@yahoo.com
Visit us : www.mssasan.com

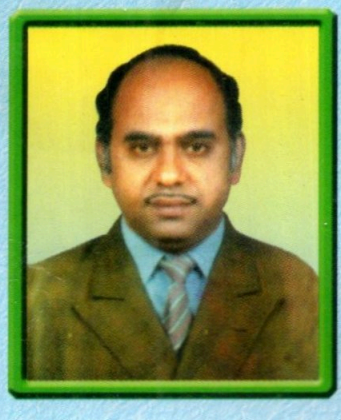
★ Siddha & Ayurveda Medical Home
★ Tarzan Pathippaham
★ Free Medical Camp
★ Export

குறிப்பு : மூலிகைகளைப் பற்றிய கம்ப்யூட்டர் C.D. கேசட் விரைவில் வெளியிடப்படும். ஏழை எளியோருக்கு மூலிகை கொண்டு இலவச வைத்தியம் செய்யப்படும்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Wishes From

Off : 333988
Res : 275821



தர்மராஜன் பார்மஸி (பதிவு)

185, சின்ன சுப்ராய பிள்ளை வீதி,
பாண்டிச்சேரி - 1.

டீலர் :

அடையாறு சித்தா, ஆயூர்வேதம், ஹம்தர்த், நியாமத் யுனானி மருந்துகள் உயர்தரமான ஒரிஜினல் கல்கத்தா, ஜெர்மன், சுஸர்லாந்து ஹோமியோபதி, பயோ-கெமிஸ்ட்ரி மருந்துகளும், தங்க பஸ்பம், வெள்ளி பஸ்பம் போன்ற அனைத்து பஸ்பங்களும், லேகியங்கள், அரிஸ்டங்கள், தைலங்கள், டாபரின் அனைத்து ஆயூர்வேத மருந்துகளும் குறைந்த விலையில் கிடைக்கும்.

Printed at Optimum ✆ 583137

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE